



«Утверждаю»

И.о. директора

Гизирской ООШ

Сапаров М.Т.

Перспективное сезонное (зима-весна) меню блюд для организации питания школьников в общеобразовательных организациях района  
Аксулы на 2023 год.

141 специфика

1 месля

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1 день. 04.09</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Куры	80	90	100
3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Яблоко	100	100	100
<b>2 день. 05.09</b>				
1	Гороховый суп	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Жаркое по домашнему	150/80	150/80	150/80
4	Кисель	200	200	200
5	Хлеб пшеничный			
<b>3 день. 06.09</b>				
1	Суп харчо	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: макароны	100	130	150
4	Мед пчелиный	5	5	5
5	Молоко	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>4 день. 07.09</b>				
1	Борщ	200/25	230/25	250/25
2	Салат свекольный с сыром	60	80	100
3	Тефтели	80	90	100
4	Гарнир: гречка	100	130	150
5	Кефир	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>5 день. 08.09</b>				
1	Рассольник	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: рис	100	130	150
4	Компот	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40

II неделя

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1 день 11.09</b>				
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	250/25
2	Плов кури	80	90	100
3	Сладкий чай	200	200	200
4	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>2 день 12.09</b>				
1	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25
2	Салат из белокоч.капусты	60	80	100
3	Котлеты	75/5	85/5	95/5
4	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Компот	106	107	108
<b>3 день 13.09</b>				
1	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
2	Салат из моркови с яблоками	60	80	100
3	Мясо тушенное	80	90	100
4	Гарнир : макароны	100	130	150
5	Кисель	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>4 день 14.09</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Минтай тушеный	75/50	75/50	75/50
4	Гарнир: рис	100	130	150
5	Кефир	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>5 день 15.09</b>				
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушенное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: гречка	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Яблоко	100	100	100
6	Хлеб пшеничный	20	35	40

III неделя

№ п/п	Наименование блюда	* Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1 день 18.09</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Кури	80	90	100
3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Яблоко	100	100	100
7	Вафли	15	15	15
<b>2 день 19.09</b>				
1	Гороховый суп	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Жаркое по домашнему	150/80	150/80	150/80
4	Кисель	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>3 день 20.09</b>				
1	Суп харчо	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушенное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир : макароны	100	130	150

	Мед пчелиный	5	5	5
5	Молоко	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Молоко	106	107	108
<b>4 день 21.09</b>				
1	Борш	200/25	230/25	250/25
2	Салат свекольный с сыром	60	80	100
3	Тефтели	80	90	100
4	Гарнир: гречка	100	130	150
5	Кефир	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>5 день 22.09</b>				
1	Рассольник	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушенное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: пшено	100	130	150
4	Компот	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40

IV неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1 день 25.09</b>				
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	250/25
2	Плов кури	80	90	100
3	Сладкий чай	200	200	200
4	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>2 день 26.09</b>				
1	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25
2	Салат из белокоч.капусты	60	80	100
3	Котлеты	75/5	85/5	95/5
4	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Компот	106	107	108
<b>3 день 27.09</b>				
1	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
2	Салат из моркови с яблоками	60	80	100
3	Мясо тушенное	80	90	100
4	Гарнир: макароны	100	130	150
5	Кисель	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>4 день 28.09</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Минтай тушеный	75/50	75/50	75/50
4	Гарнир: рис	100	130	150
5	Кефир	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>5 день 29.09</b>				
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушенное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: гречка	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Яблоко	100	100	100
6	Хлеб пшеничный	20	35	40