

«Утверждаю»
и.о.Руководителя ГУ «Отдела
Образования Буландынского района
Жолдыгулова А.А.



Четырехнедельное меню
для организации питания учащихся в общеобразовательных организациях
КГУ «Аккайинская основная школа» акимата Буландынского района

1 неделя

№	Наименование блюд	Выход	Ккал
Понедельник /день первый/			
1	Каша рисовая/ молочная/	200/5	
2	Сок натуральный	200	
3	Бутерброд с сыром на хлебе	15/20	
4	Мед пчелиный	10	
		итого	525
Вторник /день второй/			
1	Салат из свежей капусты	50	
2	Биточки с соусом	50/50	
3	Гарнир: каша гречневая рассыпчатая	150	
4	Компот	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
		итого	660
Среда /день третий/			
1	Салат из яблок и моркови	50	
2	Поджарка /говядина/	50/50	
3	Гарнир перловка	150	
4	Молоко школьное витаминизированное	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
6	Мед пчелиный	10	
		итого	620
Четверг /день четвертый/			
1	Рагу овощное с мясом (говядина)	160/40	
2	Кисель	200	
3	Фрукты (яблоко) целые	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	
		итого	593
Пятница /день пятый/			
1	Тефтели в соусе	60/50	
2	Гарнир:макароны	150	
3	Чай сладкий	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	
5	Мед пчелиный	10	
		итого	574

2 неделя

№	Наименование блюд	Выход	Ккал
Понедельник / день первый/			
1	Каша пшеничная /молочная/	200/5	
2	Компот	200	
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	
4	Печенье	30	
5	Мед пчелиный	10	
		итого	560
Вторник /день второй/			
1	Салат витаминный	50	
2	Котлета с соусом	50/50	
3	Гарнир:макароны припущенные	150	
4	Сок натуральный	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
		итого	490
Среда /день третий/			
1	Салат из капусты	50	
2	Сосиски по столичному (халал)	50	
3	Гарнир: картофельное пюре	150	
4	Кисель	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
6	Мед пчелиный	10	
		итого	470
Четверг /день четвертый/			
1	Рыба (минтай) тушеная	50/50	
2	Гарнир: рис припущенный	150	
3	Компот	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	
5	Фрукты (мандарин) целые	200	
		итого	597
Пятница /день пятый/			
1	Салат из моркови	50	
2	Гуляш с соусом	50/50	
3	Гарнир: каша гречневая рассыпчатая	150	
4	Молоко школьное витаминизированное	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
6	Мед пчелиный	10	
		итого	531

3 неделя

№	Наименование блюд	Выход	Ккал
Понедельник /день первый/			
1	Каша манная (молочная)	200/5	
2	Бутерброд с сыром на хлебе	15/20	
3	Сок натуральный	200	
4	Мед пчелиный	10	
		итого	558
Вторник /день второй/			
1	Салат витаминный	50	
2	Котлета с соусом	50/50	
3	Гарнир: каша гречневая рассыпчатая	150	
4	Лимонный напиток	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
		итого	470
Среда /день третий/			
1	Жаркое на домашнему	150/50	
2	Компот	200	
3	Фрукты (яблоко)целые	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	
5	Мед пчелиный	10	
		итого	590
Четверг /день четвертый/			
1	Салат винегрет	50	
2	Тефтели	60/50	
3	Гарнир:макаронны	150	
4	Кисель	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
		итого	507
Пятница /день пятый/			
1	Салат из яблок и моркови	50	
2	Плов	150/50	
3	Сок натуральный	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	
5	Мед пчелиный	10	
		итого	466

4 неделя

№	Наименование блюд	Выход	Ккал
Понедельник /день первый/			
1	Каша пшеничная /молочная/	200/5	
2	Хлеб ржано-пшеничный	20	
3	Молоко школьное витаминированное	200	
4	Пряник	50	
5	Мед пчелиный	10	
		итого	566
Вторник /день второй/			
1	Салат из свежей капусты	50	
2	Биточки с соусом	50/50	
3	Гарнир: каша гречневая рассыпчатая	150	
4	Сок натуральный	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
		итого	660
Среда /день третий/			
1	Гуляш	50/50	
2	Гарнир: макароны	150	
3	Фрукт (мандарин) целые	200	
4	Кисель	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
6	Мед пчелиный	10	
		итого	589
Четверг /день четвертый/			
1	Рыба тушеная	50/50	
2	Гарнир: рис припущенный	150	
3	Сок мультивитаминный	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	
		итого	551
Пятница /день пятый/			
1	Салат витаминный	50	
2	Сосиска по – столичному (халал)	50/50	
3	Гарнир: картофельное пюре	150	
4	Компот	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	
6	Мед пчелиный	10	
		итого	550

Примечание: Мед пчелиный по 10 гр. в стик-пакетах следует раздавать каждому учащемуся по 1штукe в нераспакованном виде.