Согласовано Утверждаю

Директор школы КГУ «ОШ №4» ИП «Конакбаева А.Е.»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Хасенова М.Б. \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Конакбаева А.Е

**4-х недельное перспективное меню (лето-осень)**

**I – неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюда, гр** | | |
| **7-11 лет** | **11-15 лет** | **16-18 лет** |
| Гуляш (говядина) | 75 | 75 | 100 |
| Гарнир: гречневая рассыпчатая | 100 | 130 | 150 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **2 – день** | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 100 | 100 |
| Жаркое по-домашнему из птицы | 200 | 200 | 250 |
| Кисель из плодов, ягод | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшен. | 20 | 35 | 40 |
| **3 – день** | | | |
| Тефтели мясные (духовые)/соус красный основной | 60/20 | 90/20 | 120/20 |
| Гарнир: макароны отварные со сливычным маслом | 100 | 130 | 150 |
| Сыр порциями | 20 | 20 | 20 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшен | 20 | 35 | 40 |
| **4 – день** | | | |
| Салат из моркови с сыром | 60 | 100 | 100 |
| Суп с фрикадельками из говядины | 200/35 | 250/35 | 250/35 |
| Масло сливочное | 20 | 20 | 20 |
| Яблоко | 100 | 100 | 100 |
| Мед | 10 | 10 | 10 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшен | 20 | 35 | 40 |
| **5 – день** | | | |
| Котлеты мясные (духовые)/соус красный основной | 50/20 | 75/20 | 100/20 |
| Гарнир: картофельное пюре/масло сливочное | 100 | 130 | 150 |
| Сок фруктовый | 200 | 200 | 200 |
| Ватрушка с творогом | 60 | 80 | 80 |
| Хлеб ржаной/пшен | 20 | 35 | 40 |

Согласовано Утверждаю

Директор школы КГУ «ОШ №4» ИП «Конакбаева А.Е.»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Хасенова М.Б. \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Конакбаева А.Е

**4-х недельное перспективное меню (лето-осень)**

**II – неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюда, гр** | | |
| **7-11 лет** | **11-15 лет** | **16-18 лет** |
| Плов (говядина) | 200 | 200 | 250 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 200 | 200 |
| Яблоко | 100 | 100 | 100 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **2 – день** | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 100 | 100 |
| Рагу из птицы | 200 | 200 | 250 |
| Сыр порциями | 20 | 20 | 20 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **3 – день** | | | |
| Котлеты мясные(духовые)/соус красный основной | 50/20 | 75/20 | 100/20 |
| Гарнир: картофельное пюре/масло сливочное | 100 | 130 | 150 |
| Мед | 10 | 10 | 10 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **4 – день** | | | |
| Салат из белокачанной капусты | 60 | 100 | 100 |
| Уха из горбуши | 200 | 250 | 250 |
| Масло сливочное | 20 | 20 | 20 |
| Кисель из плодов, ягод | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **5 – день** | | | |
| Биточки мясные(духовые)/соус красный основной | 50/20 | 75/20 | 100/20 |
| Гарнир: макароны отварные со сливочным маслом | 100 | 130 | 150 |
| Сок фруктовый | 200 | 200 | 200 |
| Сузбеше/творог | 100 | 100 | 100 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |

Согласовано Утверждаю

Директор школы КГУ «ОШ №4» ИП «Конакбаева А.Е.»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Хасенова М.Б. \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Конакбаева А.Е

**4-х недельное перспективное меню (лето-осень)**

**III – неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюда, гр** | | |
| **7-11 лет** | **11-15 лет** | **16-18 лет** |
| Гуляш (говядина) | 75 | 75 | 100 |
| Гарнир: гречневая рассыпчатая | 100 | 130 | 150 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 200 | 200 |
| Яблоко | 100 | 100 | 100 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **2 – день** | | | |
| Салат из моркови с сыром | 60 | 100 | 100 |
| Рагу из птицы | 200 | 200 | 250 |
| Кисель из плодов, ягод | 200 | 200 | 200 |
| Ватрушка с творогом | 60 | 80 | 80 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **3 – день** | | | |
| Котлеты мясные(духовые)/соус красный основной | 50/20 | 75/20 | 100/20 |
| Гарнир: картофельное пюре/масло сливочное | 100 | 130 | 150 |
| Сок фруктовый | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **4 – день** | | | |
| Салат из свеклы | 60 | 100 | 100 |
| Уха из горбуши | 200 | 200 | 250 |
| Масло сливочное | 20 | 20 | 20 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **5 – день** | | | |
| Тефтели мясные(духовые)/соус красный основной | 60/20 | 90/20 | 120/20 |
| Гарнир: макароны отварные со сливочным маслом | 100 | 130 | 150 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 200 | 200 |
| Сыр порциями | 20 | 20 | 20 |
| Мед | 10 | 10 | 10 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |

Согласовано Утверждаю

Директор школы КГУ «ОШ №4» ИП «Конакбаева А.Е.»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Хасенова М.Б. \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Конакбаева А.Е

**4-х недельное перспективное меню (лето-осень)**

**IV – неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюда, гр** | | |
| **7-11 лет** | **11-15 лет** | **16-18 лет** |
| Плов (говядина) | 150 | 200 | 250 |
| Яблоко | 100 | 100 | 100 |
| Мед | 10 | 10 | 10 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **2 – день** | | | |
| Салат из белокачанной капусты | 60 | 100 | 100 |
| Котлеты мясные(духовые)/соус красный основной | 50/20 | 75/20 | 100/20 |
| Гарнир: макароны отварные со сливочным маслом | 100 | 130 | 150 |
| Сок фруктовый | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **3 – день** | | | |
| Жаркое по-домашнему (говядина) | 150 | 200 | 250 |
| Кисель из яблок | 200 | 200 | 200 |
| Сыр порциями | 20 | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **4 – день** | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 100 | 100 |
| Суп с фрикадельками из говядины | 200/35 | 250/35 | 250/35 |
| Масло сливочное | 20 | 20 | 20 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| **5 – день** | | | |
| Биточки мясные(духовые)/соус красный | 50/20 | 75/20 | 100/20 |
| Гарнир: картофельное пюре со сливочным маслом | 100 | 130 | 150 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 200 | 200 |
| Сузбеше/творог | 100 | 100 | 100 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20 | 35 | 40 |