

Согласовано  
Директор школы КГУ «ОШ №4»

Кожубаева М.Б.



Утверждаю  
ИП «Конакбаева А.Е.»  
Конакбаева А.Е.

**4-х недельное перспективное меню (зима -весна)**

I- неделя	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18лет
Наименование блюд			
<b>1-й день</b>			
Плов из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>2-й день</b>			
Митболы из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>3-й день</b>			
Куриная грудка с овощами, сыром	70	90	100
Макароньы отварные	130	150	180
чай с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>4-й день</b>			
Салат из капусты белокочанной и яблок	60	80	100
уха из горбуши	200	250	300
булочка бутербродная с сыром \бутерброд с сыром	50	50	50
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб/ржано пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>5-й день</b>			
бутерброд с сыром	65	65	65
гуляш (говядина\ конина )	70	90	100
Гречка рассыпчатая	130	150	180
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50

Согласовано:  
 Директор школы КГУ «ОШ №4»  
 Кожубаева М.Б.



Утверждаю  
 ИП «Конакбаева А.Е.»  
 Конакбаева А.Е.

**4-х недельное перспективное меню (зима -весна)**

II - неделя	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18лет
Наименование блюд			
<b>1-й день</b>			
Поджарка из птицы	70	90	100
Рис рассыпчатый	130	150	180
чай с молоком и сахаром	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>2-й день</b>			
Ежики из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Макароны отварные	130	150	180
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>3-й день</b>			
Жаркое по домашнему из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>4-й день</b>			
Фишболы рыбные	70	90	100
Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180
Соус сметанный	20	20	20
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб/ржано пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>5-й день</b>			
Овощная нарезка	60	80	100
Суп гороховый с мясом	200	250	300
булочка с творогом\ватрушка	50	50	50
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50

Согласовано  
 Директор школы КЕУ «ОШ №4»  
 Кожубаева М.Б.



Утверждаю  
 ИП «Конакбаева А.Е.»  
 Конакбаева А.Е.

**4-х недельное перспективное меню (зима -весна)**

III - неделя	Выход блюда, г		
	Наименование блюд		
1-й день	7-10 лет	11-15 лет	16-18лет
Рагу из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>2-й день</b>			
Митболы из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>3-й день</b>			
Куриная грудка с овощами, сыром	70	90	100
Макаронны отварные	130	150	180
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>4-й день</b>			
Салат из капусты белокочанной и яблок	60	80	100
уха из горбуши	200	250	300
булочка бутербродная с сыром \бутерброд с сыром	50	50	50
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб/ржано пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>5-й день</b>			
Плов (говядина\ конина )	200	220	250
чай с молоком и сахаром	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50

Согласовано  
 Директор школы КГУ «ОШ №4»  
 Кожубаева М.Б.



Утверждаю  
 ИП «Конакбаева А.Е.»  
 Конакбаева А.Е.

**4-х недельное перспективное меню (зима -весна)**

IV - неделя	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18лет
Наименование блюд			
<b>1-й день</b>			
Плов из птицы	200	220	250
чай с молоком и сахаром	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>2-й день</b>			
Салат из капусты белокочанной и яблок	60	80	100
Ежики из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Картофельно пюре	130	150	180
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>3-й день</b>			
филе куриное в сметанном соусе	70	90	100
рис рассыпчатый с овощами	130	150	180
Какао с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>4-й день</b>			
Фишболы рыбные	70	90	100
Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180
Соус сметанный	20	20	20
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб/ржано пшеничный\пшеничный	30	50	50
<b>5-й день</b>			
Овощная нарезка	60	80	100
Суп с макаронными изделиями и мясом	200	250	300
булочка с творогом\ватрушка	50	50	50
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50