

ГУ «Средняя общеобразовательная школа № 14 г.Павлодара»



«Утверждаю»  
И.о. директора  
Г.М. Масакбаева

**Перспективное меню**  
**для детей, питающихся за счет средств**  
**фонда ВСЕОБУЧ**  
**на 2019-2020 уч.г.**

### 1 неделя

Дни	Наименование готовых блюд	Выход в гр.	ккал.	Белки, гр.	Жиры, гр.
1 день	Суп гороховый	200	147	4,53	2,86
	Биточки из курицы	50/30	196	6,06	8,7
	Каша гречневая	150	149	4,05	5,69
	Чай с сахаром	200	107	3,07	2,75
	Хлеб ржано - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		
2 день	Суп харчо	200	109	3,1	4,5
	Жаркое с мясом	200	220,8	22,94	6,22
	Кисель ягодный	200	102,7	0,5	0,02
	Хлеб ржано - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		
	Суп борщ	200	190	4,4	3,6
3 день	Капуста с курицей	200	140	3,6	6,8
	Компот из свежих фруктов	200	89	0,16	0,16
	Хлеб - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		
	Суп рассольник	200	125	5,5	4,95
	Тефтеля рыбная с молочным соусом	60/40	92,3	8,08	5,08
4 день	Картофельное пюре	150	152,5	3,4	5,35
	Сок мультифрукт	200	108	1,4	
	Хлеб ржано - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		
	Щи по уральски	200	37	0,75	1,5
	Тефтели	50/30	190	8,87	9,83
5 день	Макароны	150	172	38,42	5,49
	Чай с лимоном	200	40	0,14	0,03
	Хлеб ржано - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		

## 2 неделя


Дни	Наименование готовых блюд	Выход в гр.	ккал.	Белки, гр.	Жиры, гр.
6 день	Суп Свекольник	200	101	0,5	2
	Тефтеля мясная	50/100	126,7	8,87	9,83
	Пюре гороховое	150	138	3,34	6,05
	Чай с молоком	200	107	3,07	2,75
	Хлеб ржано - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		
7 день	Суп лапша	200	124,6	4,2	4
	Макаронник с мясом	200	168,1	7,8	8
	Кисель ягодный	200	102,7	0,5	0,02
	Хлеб ржано - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		
8 день	Суп гороховый	200	147	4,53	2,86
	Биточки куринные	50/30	196	6,06	8,7
	Гречка отварная	150	149	4,05	5,69
	Компот из свежих фруктов	200	89	0,16	0,16
	Хлеб - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		
	Суп рассольник	200	125	5,5	4,95
9 день	Котлета рыбная	50/100	71	6,95	2,55
	Макароны	150	172	38,42	5,49
	Сок мультифрукт	200	108	1,4	
	Хлеб ржано - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		
	Суп борщ	200	190	4,4	3,6
10 день	Плов из курицы	200	377	20,3	17
	Чай с лимоном	200	40	0,14	0,03
	Хлеб ржано - пшеничный	30	72,6	2,43	0,3
	Мед	5	304		

Арендатор



Жумабеков А.Т.

Медсестра



Бастемиева А.К.