

директор ГУ «СОШ № 6 г. Павлодар»
Калиаскарова С.Ж.



Меню на вторник (2 день)
1 неделя

202

№	Наименование блюд	Ккал. (на 100 грамм)	Выход на 1 порцию, гр	Цена в тенге
1	Комплексные меню:			
	Котлета куриная с овощами	141	50/30	165
	Гречка рассыпчатая	110	150	130
	Чай с сахаром	28	200	40
	Хлеб	55	30	5
			Итого:	340
2	Суп-харчо	75	250	110
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром	28	200	40
			Итого:	185
3	Каша молочная пшеничная	137	200/10	175
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром	28	200	40
			Итого:	220
	Свободное меню			
	Салат из моркови со свеж.огурцами	88	50	70
	Печень по-строгановски	131	30/30	175
	Голубцы	97	90/30	175
	Картофельное пюре	88	150	130
	Баузы	156	90	140
	Напитки			
	Кисель фруктовый	53	200	50
	Компот	85	200	60
	Сок мультифруктовый	78	200	80
	Ряженка	57	200	80
	Выпечка			
	Сосиска в тесте	275	80	150
	Булочка дорожная	409	80	80
	Ватрушка с повидлом	270	75	90
	Пирожок с капустой	135	75	80
	Полоска песочная	311	75	80

Арендатор Гмур Кошумбаева Н.А.

Мед. сестра _____



директор ГУ «СОИ № 6 г. Павлодар»
Калиаскарова С.Ж.

Меню на среду (3 день)
1 неделя

201

№	Наименование блюд	Ккал. (на 100 грамм)	Выход на 1 порцию, гр	Цена в тенге
Комплексные меню:				
1	Тефтеля говяжья	250	50/30	165
	Вермишель отварная	108	150	130
	Чай с медом	66	200	40
	Хлеб	55	30	5
			Итого:	340
2	Рассольник по Ленинградски	32	250	140
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром пакет.	28	200	40
			Итого:	185
3	Каша молочная рисовая	97	200/10	175
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром пакет.	28	200	40
			Итого:	220
Свободное меню				
	Салат из свеж.огурцов и помидоров	75	50	70
	Салат витаминный	64	50	70
	Плов из говядины	218	200	295
	Капуста тушеная	47	150	130
Напитки				
	Компот	85	200	60
	Бифидок фруктовый	56	200	100
Выпечка				
	Самса с мясом	165	75	150
	Булочка Ярославская	294	80	80
	Ватрушка с творогом	331	75	90
	Булочка с сахаром	293	80	80
	Пирожок с картошкой	235	75	80
	Плетенка с яблоками	230	75	80

Арендатор Мену Кошумбаева Н.А.

Мед. сестра _____

«Утверждаю»
 директор ГУ «СОИИ № 6 г. Павлодар»
 Калиаскарова С.Ж.



Меню на четверг (4 день)
 1 неделя

№	Наименование блюд	Ккал. (на 100 грамм)	Выход на 1 порцию, гр	Цена в тенге
Комплексные меню:				
1	Гуляш из птицы	148	30/30	165
	Рис припущенный	135	150	130
	Чай с лимоном	31	200	40
	Хлеб	55	30	5
Итого:				340
2	Рыбный суп	34	250	140
	Хлеб	55	30	5
	Чай с лимоном	31	200	40
Итого:				185
3	Каша молочная геркулес	102	200/10	175
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром пакет.	28	200	40
Итого:				220
Свободное меню				
	Салат из моркови	57	50	70
	Картофельное пюре	88	150	130
	Рыба запеченая в сметане	76	50/30	175
	Пельмени	204	150	270
Напитки				
	Кефир	50	200	80
	Чай с молоком	38	200	70
	Компот	85	200	60
Выпечка				
	Сосиска в тесте	275	80	150
	Булочка с корицей	270	80	80
	Булочка слобная	339	80	80
	Булочка с маком	310	80	80
	Кекс	270	75	90
	Пирожок с яйцом	260	75	80

Арендатор Гме Кошумбаева Н.А.

Мед. сестра _____

Утверждаю
 директор ГУ «СОШ № 6 г. Павлодар»
 Калиаскарова С.Ж.



Меню на пятницу (5 день)
 I неделя

2019

№	Наименование блюд	Ккал. (на 100 грамм)	Выход на 1 порцию, гр	Цена в тенге
Комплексные меню:				
1	Котлета	141	50/30	165
	Гречка рассыпчатая	110	150	130
	Чай с сахаром	28	200	40
	Хлеб	55	30	5
			Итого:	340
2	Суп Лапша	75	250	140
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром	28	200	40
			Итого:	185
3	Каша пшеница молочная	120	200	175
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром	28	200	40
			Итого:	220
Свободное меню				
	Салат из свежей капусты	82	50	70
	Винегрет	60	50	70
	Рулет мясной	149	80/5	140
	Мясо по-французски	246	150	305
	Яблоко	52	1 шт.	100
Напитки				
	Сок мультифруктовый	78	200	80
	Компот	85	200	60
	Йогурт питьевой	92	200	100
Выпечка				
	Самса с мясом	165	75	150
	Пирожок с картошкой	235	75	80
	Булочка с посыпкой	306	80	80
	Полоска песочная	311	75	80

Арендатор Гиса Кошумбаева Н.А.

Меню составлено



директор ГУ «СОЦ № 6 г. Павлодар»
Калиаскарова С.Ж.

Меню на понедельник (6 день)
2 неделя

202

№	Наименование блюд	Ккал. (на 100 грамм)	Выход на 1 порцию, гр	Цена в тенге
Комплексные меню:				
1	Сосиска отварная	230	1 шт/30	165
	Вермишель отварная	108	150	130
	Чай с лимоном	31	200	40
	Хлеб	55	30	5
			Итого:	340
2	Рассольник по Ленинградски	32	250	140
	Хлеб	55	30	5
	Чай с лимоном	31	200	40
			Итого:	185
3	Каша молочная пшеничная	137	200/10	175
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром пакет.	28	200	40
			Итого:	220
Свободное меню				
	Винегрет	60	50	70
	Салат морковный со свеж.огурцами	86	50	70
	Чахохбили	101	30/30	175
	Пельмени	204	150	270
	Картофельное пюре	88	150	130
	Яблоко	52	1 шт.	100
Напитки				
	Чай с сахаром пакет.	28	200	40
	Компот	85	200	60
	Бифидок	56	200	100
Выпечка				
	Булочка сдобная	339	80	80
	Ватрушка с повидлом	270	75	90
	Пирожок с капустой	135	75	80
	Булочка с изюмом	291	80	80
	Самса с мясом	165	75	150

Арендатор Гмо Кошумбаева Н.А.

Мед. сестра _____

директор
Калиаскарова С.Ж.



Меню на среду (8 день)
2 неделя

№	Наименование блюд	Ккал. (на 100 грамм)	Выход на 1 порцию, гр	Цена в
	Комплексные меню:			
1	Тефтеля говяжья	250	50/30	165
	Рожки отварные	108	150	130
	Чай с сахаром	28	200	40
	Хлеб	55	30	5
			Итого:	
				140
2	Суп гороховый	61	250	5
	Хлеб	55	30	40
	Чай с сахаром	28	200	
			Итого:	
				175
3	Каша молочная геркулес	102	200/10	8
	Хлеб	55	30	40
	Чай с сахаром пакет.	28	200	
			Итого:	
				70
	Свободное меню			
	Салат из свеклы	112	50	305
	Жаркое по-домашнему	248	200	
	Напитки			
	Чай с сахаром пакет.	28	200	40
	Кисель фруктовый	53	200	80
	Ряженка	57	200	60
	Компот	85	200	
	Выпечка			
	Самса с мясом	165	75	80
	Булочка с корицей	270	80	80
	Булочка с маком	310	80	80
	Пирожок с яйцом	260	75	90
	Кекс чайный	270	75	80
	Булочка с яблоком	220	80	

Арендатор Кошумбаева Н.А.



«Утверждаю»
директор ГУ «СОИИ № 6 г. Павлодар»
Калиаскарова С.Ж. _____

Меню на четверг (9 день)
2 недели

20

№	Наименование блюд	Ккал. (на 100 грамм)	Выход на 1 порцию, гр	Цена в тенге
	Комплексные меню:			
1	Гуляш из птицы	148	50/30	165
	Рис припущенный с овощами	135	150	130
	Чай с лимоном	31	200	40
	Хлеб	55	30	5
			Итого:	340
2	Рыбный суп	34	250	140
	Хлеб	55	30	5
	Чай с лимоном	31	200	40
			Итого:	185
3	Каша молочная рисовая	97	200/10	175
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром	28	200	40
			Итого:	220
	Свободное меню			
	Салат из свеклы с яблоком	178	50	70
	Рыба запеченая в сметане	76	50/30	175
	Пюре картофельное	88	150	130
	Напитки			
	Йогурт питьевой	92	200	100
	Компот	85	200	60
	Выпечка			
	Сосиска в тесте	275	80	150
	Булочка с изюмом	291	80	80
	Булочка дорожная	409	80	80
	Пирожок с капустой	135	75	80
	Ватрушка с творогом	331	75	90

Арендатор *С. Кошумбаева* Кошумбаева Н.А.

Мед. сестра _____

директор
Калинаскарова С.Ж.



Меню на пятницу (10 день)
2 неделя

№	Наименование блюд	Ккал. (на 100 грамм)	Выход на 1 порцию, гр	Цена в тенге
Комплексные меню:				
1	Котлета	141	50/30	165
	Гречка рассыпчатая	110	150	130
	Чай с сахаром	28	200	40
	Хлеб	55	30	5
			Итого:	340
2	Суп Лапша	75	250	140
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром	28	200	40
			Итого:	185
3	Каша молочная пшеница	120	200/10	175
	Хлеб	55	30	5
	Чай с сахаром	28	200	40
			Итого:	220
Свободное меню				
	Салат из свежей капусты с огурцами	112	50	70
	Салат витаминный	64	50	70
	Манты	188	60/2	200
	Овощное рагу с мясом	57	200	305
	Яблоко	52	1 шт.	100
Напитки				
	Чай фруктовый пакет.	40	200	50
	Сок персиковый	68	200	80
	Компот	85	200	60
	Бифидок	56	200	100
Выпечка				
	Булочка с посыпкой	306	80	80
	Плюшка с сахаром	311	80	80
	Булочка с повидлом	320	75	90
	Пирожок с картошкой	235	75	80
	Самса с мясом	165	75	150