



Утверждаю
КГУ "СОШ № 34"

г. Павлодар
Руководитель
Айгожин Б.К.



Социальное меню

1 неделя

| Наименование блюда | Масса порций, гр | Пищевые вещества, гр | | | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость |
|-------------------------------------|------------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | Ж | Б | У | | |
| 1 день | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 50 | 1,11 | 1,0 | 2,8 | 24,7 | |
| Суп картофельный с мак. изделиями | 200 | 2 | 2,6 | 16,8 | 96 | |
| Бефстроганов из курицы | 40/40 | 22,8 | 10,72 | 6,88 | 269,9 | |
| Каша гречневая | 100 | 0,7 | 4,3 | 21,6 | 109,7 | |
| Чай черный с сахаром | 200 | 0 | 0 | 14 | 56 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | |
| итого за день | | 27,29 | 20,93 | 78,08 | 632,5 | 402 тнг |
| 2 день | | | | | | |
| Рассольник "Ленинградский" | 200 | 5,4 | 1,6 | 11,7 | 102,1 | |
| Шницель мясной с соусом | 60/20 | 5,7 | 10 | 8 | 126,5 | |
| Каша пшеничная | 100 | 0,3 | 2,3 | 15,69 | 76,0 | |
| Булочка домашняя | 50 | 3,0 | 4,0 | 29,5 | 165,0 | |
| Чай черный с сахаром | 200 | 0 | 0 | 14 | 56 | |
| Мед | 10 | 0 | 0,8 | 80,3 | 32,8 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | |
| итого за день | | 15,08 | 21,01 | 175,19 | 634,6 | 402 тнг |
| 3 день | | | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | 50 | 2,05 | 0,5 | 3,0 | 39,5 | |
| Борщ | 200 | 10 | 2 | 3,0 | 55,0 | |
| Плов из говядины | 150 | 20,7 | 10,05 | 6,45 | 252,8 | |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,4 | 11,6 | 55,1 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | |
| итого за день | | 33,53 | 15,26 | 40,05 | 478,55 | 402 тнг |
| 4 день | | | | | | |
| Суп крестьянский | 200 | 6 | 8 | 6,4 | 130,4 | |
| Лагман | 150 | 4,5 | 6,45 | 4,5 | 137,4 | |
| Чай с лимоном, сахаром | 200 | 0,2 | 0,4 | 14,2 | 56,0 | |
| Ватрушка с творогом | 50 | 4,25 | 4,95 | 16,5 | 124 | |
| Мед | 10 | 0 | 0,8 | 80,3 | 32,8 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | |
| итого за день | | 15,63 | 22,91 | 137,9 | 556,8 | 402 тнг |
| 5 день | | | | | | |
| Свекольник | 200 | 0,4 | 1,6 | 12,2 | 60,0 | |
| Тефтели мясные с соусом | 60/20 | 6,8 | 6,7 | 8,6 | 123,6 | |
| Картофельное пюре | 100 | 4,22 | 1,86 | 15,31 | 113 | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 1,6 | 28,4 | 120,0 | |
| Салат из капусты с зеленым горошком | 50 | 2,25 | 1,15 | 3,25 | 38,2 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | 402 тнг |
| итого за день | | 14,35 | 15,22 | 83,76 | 530,95 | |
| итого за 5 дней | | 105,88 | 95,33 | 514,98 | 2833,4 | |
| итого средняя за день | | 21,18 | 19,07 | 103,00 | 566,68 | |

Зав. Производством: _____



Утверждаю
КГУ "СОШ № 34"
г. Павлодар
Руководитель
Айгожин Б.К.

Социальное меню

| 2 неделя | | | | | | |
|------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества, гр | | | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость |
| | | Ж | Б | У | | |
| 1 день | | | | | | |
| Фрукты | 200 | 0,4 | 0,8 | 19,8 | 94,0 | |
| Суп рисовый | 200 | 0,8 | 11,4 | 23,4 | 146,4 | |
| Пельмени | 150 | 14,7 | 14,5 | 33,2 | 328,3 | |
| Мед | 10 | 0 | 0,8 | 80,3 | 32,8 | |
| Чай черный с сахаром | 200 | 0 | 0 | 14,0 | 56,0 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | |
| итого за день | | 16,58 | 29,78 | 186,73 | 733,65 | 402 тнг |
| 2 день | | | | | | |
| Суп гороховый | 200 | 10,4 | 11,0 | 19,2 | 28,0 | |
| Котлета куриная с соусом | 60/20 | 10,7 | 16,8 | 11,6 | 210,6 | |
| Каша пшенная | 100 | 3,4 | 2,8 | 16,8 | 109 | |
| Напиток из свежих ягод | 200 | 0 | 0,4 | 3,8 | 17,2 | |
| Булочка "Дорожная" | 50 | 4,7 | 4,0 | 27,75 | 169,5 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | |
| итого за день | | 29,88 | 37,26 | 95,15 | 610,5 | 402 тнг |
| 3 день | | | | | | |
| Салат из моркови на р/м | 50 | 3,5 | 0,6 | 4,8 | 53,0 | |
| Суп "Волна" | 200 | 2,9 | 3,8 | 3,6 | 9,0 | |
| Мясо с овощами | 40/40 | 5,2 | 6,9 | 2,8 | 84,4 | |
| Рис отварной | 100 | 0,5 | 2,2 | 24,9 | 116 | |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,4 | 11,6 | 55,1 | |
| Мед | 10 | 0 | 0,8 | 80,3 | 32,8 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | |
| итого за день | | 12,88 | 16,99 | 144 | 426,5 | 402 тнг |
| 4 день | | | | | | |
| Салат из свеклы на р/м | 50 | 2,8 | 0,9 | 66,0 | 54,6 | |
| Щи со свежей капустой | 200 | 6,6 | 4,2 | 4,4 | 93,0 | |
| Филе куриное в белом соусе | 40/40 | 22,8 | 10,72 | 6,88 | 269,9 | |
| Гороховое пюре | 100 | 0,5 | 2,2 | 24,9 | 116 | |
| Сок фруктовый | 200 | 0,3 | 0,2 | 22,6 | 76,0 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | |
| итого за день | | 33,68 | 20,53 | 140,78 | 685,7 | 402 тнг |
| 5 день | | | | | | |
| Суп "Рассольник" | 200 | 5,4 | 1,6 | 11,7 | 102,1 | |
| Котлета говяжья соусом | 60/20 | 10,7 | 16,8 | 11,6 | 210,6 | |
| Макароны отварные | 100 | 0,38 | 3,38 | 23 | 111,84 | |
| Печенье | 30 | 3,5 | 2,25 | 22,47 | 125 | |
| Чай с молоком, сахаром | 200 | 1,5 | 1,5 | 2,1 | 27,0 | |
| Мед | 10 | 0 | 0,8 | 80,3 | 32,8 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,68 | 2,31 | 16 | 76,2 | 402 тнг |
| итого за день | | 22,2 | 28,64 | 167,17 | 685,54 | |
| итого за 5 дней | | 115,2 | 133,2 | 733,8 | 3141,9 | |
| итого средняя за день | | 23,04 | 26,64 | 146,77 | 628,38 | |

Зав. Производством: _____