



Перспективное 2-х недельное меню
для организации питания учащихся из Фонда Всеобща
в столовой КГУ «СОШ №15 г. Павлодара»

1-неделя

1 – день

Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Борщ	200/25	115,48	230/25	132,802	250/25	144,35
Котлета (говядина)	75/5	271,194	85/5	311,873	95/5	338,992
Гречка	100	150	130	150	150	150
Яблоко	200	9,8	200	9,8	200	9,8
Чай черный сладкий	200	27,93	200	27,93	200	27,93
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Итого:	315 тг					

2 – день

Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Суп гороховый	200/25	115,48	230/25	132,802	250/25	144,35
Биточки	75/5	271,194	85/5	311,873	95/5	338,992
Макароны отварные	100	150	130	150	150	150
Кисель ягодный	200	27,93	200	27,93	200	27,93
Салат из моркови	60	9,8	80	9,8	100	9,8
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Итого:	315 тг					

3 – день

Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Рассольник	200/25	231,24	230/25	265,926	250/25	289,05
Тефтели	80	115,48	90	132,902	100	144,35
Картофельное пюре	100	187	130	190,3	150	201
Мёд	10	28,76	10	28,76	10	28,76
Компот из с/ф	200	120,6	200	120,6	200	120,6
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Итого:	315 тг					

4 – день

Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Щи из свежей капусты	200/25	232,79	230/25	267,708	250/25	290,987
Курица с овощами	60	213,301	80	232,692	100	252,083
Рис припущенный	100	169,68	130	220,584	150	254,52
Чай с лимоном	200	49,513	200	49,513	200	9,8
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	49,513
Салат витаминный	60	65,9	80	65,9	100	65,9
Итого:	315 тг					

5 – день

Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Суп вермишелевый	200/25	128,3	230/25	168,4	250/25	168,4
Котлета говяжья	75/5	296	85/5	342,7	95/5	372,5
Каша пшеничная	100	169,68	130	220,584	150	254,52
Чай с молоком	200	91,65	200	91,65	200	91,68
Корж молочный	80	148,8	80	148,8	80	148,8
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	100	73,6
Итого:	315 тг					

ИП Айгужинова _____

Мед.работник: Бастемиева А.К. _____



Тверьжар
Коллектор
Иванова Н.Ж.

**Перспективное 2-х недельное меню в год
для организация питания учащихся из Фонда Всеобуча
в столовой КГУ «СОШ №15 г. Павлодара»**

2-неделя

1 – день						
Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Суп харчо	200/25	189,14	230/25	217,511	250/25	236,425
Котлета говяжья	75/5	168,54	85/5	224,72	95/5	224,72
Макаронны отварные	100	189,14	130	217,511	150	236,425
Яблоко	200	9,8	200	9,8	200	9,8
Чай черный сладкий	200	27,93	200	27,93	200	27,93
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Итого:	315 гг					
2 – день						
Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Суп полевой	200/25	189,14	230/25	311,873	250/25	338,992
Курица в белом соусе	60	271,194	80	311,873	100	338,992
Гречка	100	150	130	150	150	150
Компот из с/ф	200	12	200	12	200	12
Салат из свеклы	60	92,94	80	104,6	100	110,9
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Итого:	315 гг					
3 – день						
Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Суп лапша	200/25	249,15	230/25	286,522	250/25	311,437
Тефтеля (говяжья)	80	115,48	90	115,48	100	115,48
Гороховое пюре	100	187	130	187	150	187
Мёд	10	28,76	10	28,76	10	28,76
Кисель ягодный	200	120,6	200	120,6	200	120,6
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Итого:	315 гг					
4 – день						
Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Суп рыбный	200/25	231,24	230/25	265,926	250/25	289,05
Плов из говядины	150/50	350	180/50	144,573	200/50	166,815
Салат из капусты	60	99,22	80	115,756	100	132,293
Чай с лимоном	200	49,513	200	49,513	200	49,513
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Итого:	315 гг					
5 – день						
Наименование блюд	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Суп крестьянский	200/25	249,15	230/25	286,522	250/25	311,437
Биточки мясные	75/5	168,54	85/5	224,72	95/5	224,72
Макаронны отварные	100	189,14	130	217,511	150	236,425
Какао с молоком	200	183,61	200	183,61	200	183,61
Печенье	20	82,2	20	82,2	20	82,2
Хлеб пшеничный	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Итого:	315 гг					

ИП Айгужинова _____

Мед. работник: Бастемиева А.К. _____