

Утверждаю
 КГУ " СОШ им. А.Байтурсынулы
 г. Павлодар
 Руководитель:
 Мишунова Т,А.



Меню 1 неделя

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 день					
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	8,9	5,8	13,5	142
Яблоки	200	0,8	0,8	19,6	94
Кисель плодово-ягодный	200	0,1	0,1	18,8	76,4
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		17,5	8,1	55,67	388,6
2 день					
плов из мяса говядины	200	16,3	23,5	12,2	325,6
Салат из моркови на р/м	60	0,9	5,1	7,1	77,6
Чай черный с сахаром	200	0,5	0,1	25	102,6
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		25,4	30,1	48,07	582
3 день					
Филе куриное с овощами	100	26,4	12,1	2,8	225,7
макароны	100	1,6	5,1	10,3	93,5
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	38,6	156,9
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		36,4	18,6	55,47	552,3
4 день					
Суп гороховый с мясом говядины	200	12,5	9,5	23,2	228,1
Булочка домашняя	50	4,75	7,6	43,9	262,9
Сок натуральный	200	1	0,2	20,2	92
хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		25,95	18,7	91,07	659,2
5 день					
Шницель мясной с соусом	80/30	23,6	29	23,7	450,6
Каша гречневая	100	3,2	5,3	19,5	138,2
Чай с лимоном	200	0,5	0,1	15,4	64,6
хлеб	20	76,2	0	0,8	76,2
Итого за день		103,5	34,4	59,4	729,6
Итого за 5 дней		1652,35	109,9	309,68	2911,7
Итого средняя за день		330,47	21,98	61,936	582,34

Зав. производства: