



Меню на 2 октября 2023 года

1-4 классы (бесплатное питание)

№ п/п	Наименование блюд	Масса порц., гр	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
1	Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	142	
2	Яблоки	200	94	
3	Чай черный	200	76,4	
4	Хлеб	20	76,2	
	Итого за день		388,6	450

Социальное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Суп лапша домашняя с мясом курицы	200/250	142	
2	Жаркое с мясом говядины	200/250	376,6	
3	Чай черный	200	89,1	
4	Фрукты	200	94	
5	хлеб	20/30	76,2	
	Итого за день		777,9	690

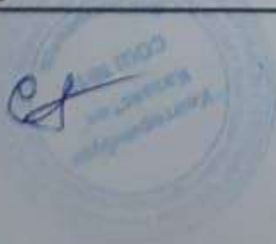
Свободное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Каша молочная манная	200	158,6	180
2	Азу по-татарски	200	320	500
3	Бефстроганов из курицы	80/100	245,1	330
4	Гороховое пюре	100/150	259,46	150
5	Чай черный с сахаром школьный	200	56	60
6	Чай черный пакетированный с сахаром	200	56	60
7	Чай с молоком, сахаром	200	86	100
8	Булочка "Веснушка"	50	329,15	65
9	Булочка "Веснушка"	100	658,3	130
10	Булочка с кондитерской начинкой	100	562,9	150
11	Пирожки с картофелем	70	287,1	180
12	Самса с мясом	120	300	250
13	Хлеб ржано-пшеничный	20	50,8	10

Комплекс для учащихся 5-11 класс

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Жаркое с мясом говядины	200	376,6	
2	Чай черный с сахаром	200	101,2	
3	хлеб	20	76,2	
	Итого за день		554	450

Зав. производством:



Утверждаю  
 КГУ "Школа-лицей имени  
 Аманжол Шаманжолова  
 города Павлодара  
 Руководитель:  
 Тургульдинов И.Ж.



Меню на 3 октября 2023 года

1-4 классы (бесплатное питание)

№ п/п	Наименование блюд	Масса порц., гр	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
1	Плов из мяса говядины	200	325,6	
2	Салат из капусты со свежим огурцом	60	77,6	
3	Кисель плодово-ягодный	200	102,6	
4	Хлеб	20	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>582</b>	<b>450</b>

Социальное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Салат из капусты со свежим огурцом	60/100	107,4	
2	Рассольник с мясом говядины	200/250	107,4	
3	Плов из мяса говядины	200/250	325,6	
4	Мед	10	32,8	
5	Кисель плодово-ягодный	200	102,6	
6	Хлеб	20/30	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>752</b>	<b>690</b>

Свободное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Каша молочная ячневая	200	158,6	180
2	Голубцы	100	115,9	330
3	Картофельное пюре	150	126	150
4	Чай черный с сахаром школьный	200	56	60
5	Чай черный пакетированный с сахаром	200	56	60
6	Чай с молоком, сахаром	200	86	100
7	Булочка домашняя	50	111,2	65
8	Булочка домашняя	100	222,4	130
9	Булочка с кондитерской начинкой	100	562,9	150
10	Пирожки с капустой	70	296,1	180
11	Пицца	120	272	250
12	Хлеб ржано-пшеничный	20	50,8	10

Комплекс для учащихся 5-11 класс

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Плов из мяса говядины	200	325,6	
2	Чай черный с сахаром	200	101,2	
3	Хлеб ржано-пшеничный	40	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>503</b>	<b>450</b>

Зав. производством:



Утверждаю  
 КГУ "Школа-лицей имени  
 Аманжолы Шамжинова  
 города Павлодара  
 Руководитель:  
 Тургульдинова И.Ж.

Меню на 4 октября 2023 года

1-4 классы (бесплатное питание)

№ п/п	Наименование блюд	Масса порц., гр	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
1	Филе куриное с овощами	100	225,7	
2	Макароны	100	93,5	
3	Чай с лимоном	200	62,7	
4	Хлеб	20	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>458,1</b>	<b>450</b>

Социальное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Суп крестьянский с говядиной	200/250	212,5	
2	Филе куриное с овощами	100/150	225,7	
3	Макароны	100/150	93,5	
4	Чай с лимоном	200	62,7	
5	Мед	10	32,8	
6	Хлеб	20/30	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>703,4</b>	<b>690</b>

Свободное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Каша молочная рисовая	200	158,6	180
2	Манты	60	105,6	130
3	Чай черный с сахаром школьный	200	56	60
4	Чай черный пакетированный с сахаром	200	56	60
5	Чай с молоком, сахаром	200	86	100
6	Булочка дорожная	50	175,9	65
7	Булочка дорожная	100	351,8	130
8	Булочка с кондитерской начинкой	100	562,9	150
9	Сосиска в тесте	100	522,4	220
10	Самса с курой	120	266,4	250
11	Хлеб ржано-пшеничный	20	50,8	10

Комплекс для учащихся 5-11 класс

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Филе куриное с овощами	100	225,7	
2	Макароны	100	93,5	
3	Чай черный с сахаром	200	101,2	
4	Хлеб ржано-пшеничный	40	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>496,6</b>	<b>450</b>

Зав. производством:



**Меню на 5 октября 2023 года**

1-4 классы (бесплатное питание)

№ п/п	Наименование блюд	Масса порц., гр	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
1	Суп гороховый с мясом говядины	200	228,1	
2	Булочка домашняя	50	262,9	
3	Сок натуральный	200	92	
4	Хлеб	20	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>659,2</b>	<b>450</b>

**Социальное меню**

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Суп гороховый с говядиной	200/250	228,1	
2	Котлета рыбная	80/100	258,9	
3	Картофельное пюре	100/150	153,7	
4	Сок натуральный	10	92	
5	Булочка домашняя	200	262,9	
6	Хлеб	20/30	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>1071,8</b>	<b>690</b>

**Свободное меню**

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Суп молочный с макаронными изд.	200	129,2	180
2	Кура запеченная	100	290,5	330
3	Картофельное пюре	150	80,5	150
4	Чай черный с сахаром школьный	200	56	60
5	Чай черный пакетированный с сахаром	200	56	60
6	Чай с молоком, сахаром	200	86	100
7	Булочка с кунжутом	50	343,35	65
8	Булочка с кунжутом	100	686,7	130
9	Булочка с кондитерской начинкой	100	562,9	150
10	Пирожки с картофелем	70	287,1	180
11	Самса с мясом	120	300	250
12	Хлеб ржано-пшеничный	20	50,8	10

**Комплекс для учащихся 5-11 класс**

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Котлета рыбная	80/90/100	258,9	
2	Картофельное пюре	100	286	
3	Чай черный с сахаром	200	101,2	
4	Хлеб ржано-пшеничный	40	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>722,3</b>	<b>450</b>

Зав. производством:



Утверждено  
 КГУ "Школа-лицей имени  
 Аманжолы Шапкеновой  
 города Павлодара  
 Руководитель  
 Тургульдинова И.Ж.



**Меню на 6 октября 2023 года**

1-4 классы (бесплатное питание)

№ п/п	Наименование блюд	Масса порц.,гр	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
1	Шницель мясной с соусом	80/30	450,6	
2	Каша гречневая	100	138,2	
3	Компот их сухофруктов	200	101,2	
4	Хлеб	20	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>766,2</b>	<b>450</b>

**Социальное меню**

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Щи из свежей капусты с мясом говядины	200/250	173,5	
2	Шницель мясной с соусом	80/100	450,6	
3	Каша гречневая	100/150	138,2	
4	Компот их сухофруктов	200	101,2	
5	Мед	10	32,8	
6	Хлеб	20/30	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>972,5</b>	<b>690</b>

**Свободное меню**

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Каша молочная овсяная	200	349,6	180
2	Мясо по-французски (фарш говядина)	200	273,8	500
3	Чай черный с сахаром школьный	200	56	60
4	Чай черный пакетированный с сахаром	200	56	60
5	Чай с молоком, сахаром	200	86	100
6	Булочка с маком	50	297,05	65
7	Булочка с маком	100	594,1	130
8	Булочка с кондитерской начинкой	100	562,9	150
9	Пирожки с капустой	70	296,1	180
10	Пицца	120	272	250
11	Хлеб ржано-пшеничный	20	50,8	10

**Комплекс для учащихся 5-11 класс**

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Шницель мясной с соусом	80/30	450,6	
2	Каша гречневая	100	80,5	
3	Чай черный с сахаром	200	101,2	
4	Хлеб	20	76,2	
	<b>Итого за день</b>		<b>708,5</b>	<b>450</b>

Зав. производством:

