

Зима-Весна

Утверждаю
КГУ " СОШ № " 2
г. Павлодар
Руководитель:
Бельгибаева Г.К.

Социальное меню 2 неделя

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
Суп овощной с мясом говядины	200	199,8	250	249,75
Салат свекольный с сыром на р/м	60	124,3	100	207,16
Тефтели мясные с соусом	80/20	258,2	100/50	352,09
Каша гречневая	100	138,2	150	207,3
Компот из свежих яблок	200	118,8	200	118,8
Мед	10	32,8	10	32,8
Хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		948,3		1282,2
2 день				
Суп рисовый с мясом говядины	200	145,8	250	182,25
Биточки мясные с соусом	80/30	522,3	100/50	712,23
Каша пшеничная	100	121,6	150	182,4
Ватрушка с творогом	75	406,3	50	406,3
Чай с лимоном	200	64,6	200	64,6
Хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		930,5		1255,78
3 день				
Суп рыбный из минтая	200	118,7	250	148,38
Салат витаминный на р/м	60	74,4	100	124
Котлета куриная с соусом	80/20	237,6	100/50	324
макаронны отварные	100	93,5	150	140,25
Кисель	200	89,1	200	89,1
Мед	10	32,8	10	32,8
Хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		722,3		972,83
4 день				
Суп вермешелевый с мясом говядины	200	129,4	250	161,75
Салат из моркови на р/м	60	77,6	100	129,33
Жаркое с мясом говядины	200	376,6	250	470,75
Чай школьный	200	102,6	200	102,6
Хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		1484,7		1951,56
5 день				
Борщ с мясом курицы	200	221,8	250	277,25
Плов из мяса говядины	200	325,6	250	407
Чай черный с сахаром	200	102,6	200	102,6
Булочка домашняя	50	264,2	50	264,2
Хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		990,4		1165,35
Итого за 5 дней		2616,9		3296,81
Итого средняя за день		523,38		659,362

Зав. производства: