

Зима-Весна



Утверждаю
КГУ "СОШ №40"
г. Павлодар
Руководитель
Қ.А. Мауленқұлов

Социальное меню 1 неделя

| Наименование блюд | 6-11лет | | 11-18лет | |
|---------------------------------------|---------|---------------|----------|-----------------|
| | Выход | Ккал | Выход | Ккал |
| 1 день | | | | |
| Суп лапша домашняя с мясом курицы | 200 | 142 | 250 | 177,5 |
| Жаркое с мясом говядины | 200 | 376,6 | 250 | 470 |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 89,1 | 200 | 89,1 |
| Фрукты | 200 | 94 | 200 | 94 |
| Хлеб | 20 | 76,2 | 30 | 114,3 |
| Итого за день | | 777,9 | | 944,9 |
| 2 день | | | | |
| Рассольник с мясом говядины | 200 | 107,4 | 250 | 134,25 |
| Салат из моркови на р/м | 60 | 77,6 | 100 | 129,3 |
| Плов из мяса говядины | 200 | 325,6 | 250 | 407 |
| Мед | 10 | 32,8 | 10 | 32,8 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 102,6 | 200 | 102,6 |
| Хлеб | 20 | 76,2 | 30 | 114,3 |
| Итого за день | | 614,8 | | 786 |
| 3 день | | | | |
| Суп крестьянский с говядиной | 200 | 212,5 | 250 | 265,63 |
| Филе куриное с овощами | 100 | 225,7 | 150 | 338,6 |
| Макароны | 100 | 93,5 | 150 | 140,25 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 156,9 | 200 | 156,9 |
| Мед | 10 | 32,8 | 10 | 32,8 |
| Хлеб | 20 | 76,2 | 30 | 114,3 |
| Итого за день | | 797,6 | | 1048,48 |
| 4 день | | | | |
| Суп гороховый с говядиной | 200 | 228,1 | 250 | 285,13 |
| Котлета рыбная | 80/30 | 258,9 | 100/50 | 354,14 |
| Картофельное пюре | 100 | 153,7 | 150 | 230,55 |
| Сок натуральный | 200 | 92 | 200 | 92 |
| Булочка домашняя | 50 | 262,9 | 50 | 262,9 |
| Хлеб | 20 | 76,2 | 30 | 114,3 |
| Итого за день | | 1071,8 | | 1339,02 |
| 5 день | | | | |
| Щи из свежей капусты с мясом говядины | 200 | 173,5 | 250 | 216,88 |
| Шницель мясной с соусом | 80/30 | 450,6 | 100/50 | 482,9 |
| Каша гречневая | 100 | 138,2 | 150 | 207,3 |
| Чай с лимоном | 200 | 64,4 | 200 | 64,4 |
| Мед | 10 | 32,8 | 10 | 32,8 |
| Хлеб | 20 | 76,2 | 30 | 114,3 |
| Итого за день | | 935,7 | | 1118,58 |
| Итого за 5 дней | | 4197,8 | | 5236,98 |
| Итого средняя за день | | 839,56 | | 1047,396 |

Зав. производства:



Зима-Весна



Утверждаю
 КГУ "СОШ №40"
 г. Павлодар
 Руководитель
 Қ.А. Мәуленқұлов

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 |
| макароны 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:



Зима-Весна



Утверждаю
 КГУ "СОШ №40"
 г. Павлодар
 Руководитель
 Қ.А. Мауленқұлов

Меню 1 неделя

| Наименование блюд | 6-11 лет | | | | |
|-----------------------------------|----------|----------------|--------------|---------------|---------------|
| | 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 | 75,4 |
| 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 | 64,8 |
| 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:



Зима-Весна



Утверждаю
 КГУ "СОШ №40"
 г. Павлодар
 Руководитель
 Қ.А. Мәуленқұлов

Меню 2 неделя

| Наименование блюд | 6-11 лет | | | | |
|--------------------------------|----------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | Выход | Белки | Жиры | углеводы | Ккал |
| 1 день | | | | | |
| Тефтели мясные с соусом | 80/30 | 16,4 | 14 | 23,4 | 285,2 |
| Каша гречневая | 100 | 3,2 | 5,3 | 19,5 | 138,2 |
| Салат из свеклы с сыром на р/м | 60 | 5,5 | 8,7 | 6,4 | 124,3 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,3 | 0 | 29,5 | 118,8 |
| Хлеб | 20 | 7,7 | 1,4 | 3,77 | 76,2 |
| Итого за день | | 33,1 | 29,4 | 82,57 | 742,7 |
| 2 день | | | | | |
| Суп рисовый с мясом говядины | 200 | 7,2 | 9 | 9,1 | 145,8 |
| Булочка дорожная | 50 | 4,75 | 13,35 | 38,9 | 295 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,5 | 0,1 | 15,4 | 64,6 |
| Хлеб | 20 | 7,7 | 1,4 | 3,77 | 76,2 |
| Итого за день | | 20,15 | 23,85 | 67,17 | 581,6 |
| 3 день | | | | | |
| Котлета куриная с соусом | 80/30 | 23,3 | 3,6 | 28,1 | 237,6 |
| Макаронны отварные | 100 | 1,6 | 5,1 | 10,3 | 93,5 |
| Кисель | 200 | 0,1 | 0,1 | 22 | 89,1 |
| Хлеб | 20 | 7,7 | 1,4 | 3,77 | 76,2 |
| Итого за день | | 32,7 | 10,2 | 64,17 | 496,4 |
| 4 день | | | | | |
| Жаркое с мясом говядины | 200 | 18,7 | 19,6 | 31,5 | 376,6 |
| 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 | | 27,8 | 26,2 | 67,37 | 633 |
| 5 день | | | | | |
| Борщ с мясом курицы | 200 | 11,9 | 11,3 | 18,2 | 221,8 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 0,5 | 0,1 | 25 | 102,6 |
| Булочка домашняя | 50 | 4,85 | 7,55 | 43,8 | 264,2 |
| Хлеб | 20 | 7,7 | 1,4 | 3,77 | 76,2 |
| Итого за день | | 24,95 | 20,35 | 90,77 | 664,8 |
| Итого за 5 дней | | 138,7 | 110 | 372,05 | 3118,5 |
| Итого средняя за день | | 27,74 | 22 | 74,41 | 623,7 |

Зав. производства:

