



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

### Меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
<b>1 день</b>					
Плов с говядины	200	15,8	18,8	38,8	329,5
Салат из моркови с сыром	60	4,8	5,8	2,8	85,3
Чай с сахаром	200	1,2	0,4	18,8	27
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	48,4
<b>Итого за день</b>		<b>23,42</b>	<b>25,2</b>	<b>70,16</b>	<b>490,2</b>
<b>2 день</b>					
Тефтели из мяса говядины с соусом томат.	80/20	9,84	9,84	18,64	142,2
Отварные макароны с маслом сливочн.	100/20	4	0,9	25,5	133,6
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	38,6	69,3
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	48,4
<b>Итого за день</b>		<b>16,16</b>	<b>10,94</b>	<b>92,5</b>	<b>393,5</b>
<b>3 день</b>					
Суп рисовый на курином бульоне	200	1,4	2,2	10,4	174,3
Булочка с творогом	60	6	7,26	27,66	180
Чай с сахаром	200	1,2	0,4	18,8	27
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	48,4
<b>Итого за день</b>		<b>89,38</b>	<b>82,34</b>	<b>391,94</b>	<b>429,7</b>
<b>4 день</b>					
Котлета куриная с соусом	80/20	23,3	3,6	28,1	237,6
Гречка отварная с м/сл	100	4,5	2,3	25	127
Кисель	200	0,2	0	32,6	72,9
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	48,4
<b>Итого за день</b>		<b>29,62</b>	<b>6,1</b>	<b>95,46</b>	<b>485,9</b>
<b>5 день</b>					
Наша рисовая на молоке с маслом	200	5,2	6,2	64,6	176
Бутерброд с сыром и маслом	35	4,2	5,1	9,6	117,1
Чай с сахаром	200	1,2	0,4	18,8	27
Яблоко	100	1,8	2	26,2	47,1
<b>Итого за день</b>		<b>12,4</b>	<b>13,7</b>	<b>119,2</b>	<b>367,2</b>
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>1355,42</b>	<b>138,28</b>	<b>769,26</b>	<b>2166,5</b>
<b>Итого средняя за день</b>		<b>271,084</b>	<b>27,656</b>	<b>153,852</b>	<b>433,3</b>

Зав. производства:





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

Меню 2 неделя

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
<b>1 день</b>					
Курица тушенная	80	22,6	11,6	26,2	147
Макароны отварные	100	4	0,9	25,5	133,64
Бутерброд с сыром и маслом	35	4,2	5,1	9,6	117,1
Кисель	200	0,2	0	32,6	72,9
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	48,4
Итого за день		32,62	17,8	103,66	519,04
<b>2 день</b>					
Рагу овощное с мясом	200	21,8	9,8	7,6	202,4
Салат из свежих овощей	60	1,2	1,8	3	96,12
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	38,6	69,3
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	48,4
Итого за день		25,32	11,8	58,96	416,22
<b>3 день</b>					
Суп гороховый на костном бульоне	200	7,2	19,8	17	228,1
Чай с сахаром	200	1,2	0,4	18,8	27
Булочка с творогом	60	6	7,26	27,66	180
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	48,4
Итого за день		44,86	41,46	183,54	483,5
<b>4 день</b>					
Котлета куриная с соусом	80/20	23,3	3,6	28,1	137,6
Картофельное пюре с м/сл	100/20	2,5	4,2	14,7	153,8
Чай с сахаром	200	1,2	0,4	18,8	27
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	48,4
Итого за день		28,62	8,4	71,36	366,8
<b>5 день</b>					
Каша пшенная на молоке с маслом	200	7,6	10,6	20,6	208,9
Чай с сахаром	200	1,2	0,4	18,8	27
Бутерброд с сыром	30	4,2	5,1	9,6	84
Яблоко	100	1,8	2	26,2	47,1
Итого за день		14,8	18,1	75,2	367
Итого за 5 дней		146,22	97,56	492,72	2152,56
Итого средняя за день		29,244	19,512	98,544	430,512

Зав. производства:

