

УТВЕРЖДАЮ
ИП «Сейтенова»
С.Сейтенова
« » 2024г.

СОГЛАСОВАНО
Директор ШГ «ЭКОС»
Самбаева А.К.
« » 2024г.

Перспективное меню для организации питания школьников
в общеобразовательных организациях (зима-весна)

I неделя			
1-й день			
Наименование блюд	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
Каша молочная пшенная со сливочным маслом	150	200	200
Бутерброд с маслом и сыром	35	50	55
мед	5	5	5
чай с молоком и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5
Яблоко	100	100	100
2-й день			
салат из свеклы с изюмом	60	100	100
Жаркое из птицы	200	200	200
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
3-й день			
гуляш (говядина)	80	100	100
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	150	150
сузбеше\творог	50	50	50
Чай	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
4-й день			
салат из белокочанной капусты, моркови	60	100	100
уха из горбуши	200/25	200/25	200/25
чай с лимоном и сахаром	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
5-й день			
котлеты мясные(духовые)\соус красный основной	80\20	100\20	100\20
гарнир: рис отварной	100	150	150
ватрушка с творогом	60	60	60
компот из смеси сухофруктов	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40

УТВЕРЖДАЮ
ИП «Сейтенова»
С.Сейтенова

« » 2024г.

СОГЛАСОВАНО
Директор ШГ «ЭКОС»
Самбаева А.К.
« » 2024г.

Перспективное меню для организации питания школьников
в общеобразовательных организациях (зима-весна)

II неделя			
1-й день			
Наименование блюд	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	150	200	200
Бутерброд с маслом и сыром	35	50	55
чай с сахаром	200\5	200\5	200\5
Яблоко	100	100	100
2-й день			
салат из моркови с сыром	60	100	100
жаркое по-домашнему	200	200	200
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
3-й день			
тефтели мясные (духовые)\ соус красный основной	80\20	100\20	100\20
гарнир: макароны\отварные с маслом сливочным	100	150	150
ватрушка с творогом	60	60	60
компот из смеси сухофруктов	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
4-й день			
салат из белокочанной капусты и моркови	60	80	100
уха из горбуши	200/25	200/25	200/25
чай с лимоном и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
Мед	5	5	5
5-й день			
гуляш (говядина)	80	100	100
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	150	150
сузбеше\творог	50	50	50
сок	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40

УТВЕРЖДАЮ
ИП «Сейтенова»
С.Сейтенова

« 08.09.2024г.



Перспективное меню для организации питания школьников
в общеобразовательных организациях (зима-весна)

III неделя			
1-й день			
Наименование блюд	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	150	200	200
Бутерброд с маслом и сыром	35	50	55
Яблоки	100	100	100
чай с молоком и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5
2-й день			
салат из свеклы с изюмом	60	100	100
плов из птицы	200	200	200
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
3-й день			
гуляш (говядина)	80	100	100
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	150	150
сузбеше\творог	50	50	50
Чай с сахаром	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
4-й день			
салат из белокочанной капусты, моркови	60	100	100
уха из горбуши	200/25	200/25	200/25
чай с лимоном и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
Мед	5	5	5
5-й день			
биточки мясные(духовые)\соус красный основной	80\20	100\20	100\20
гарнир: картофельное пюре масло сливочное	100	150	150
ватрушка с творогом	60	60	60
компот из смеси сухофруктов	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40

УТВЕРЖДАЮ
ИП «Сейтенова»
С.Сейтенова
« » 2024г.

СОГЛАСОВАНО
Директор ШГ «ЭКОС»
Самбаева А.К.
« » 2024г.

Перспективное меню для организации питания школьников
в общеобразовательных организациях (зима-весна)

IV неделя			
1-й день			
Наименование блюд	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	150	200	200
Бутерброд с маслом и сыром	35	50	55
чай с сахаром	200\5	200\5	200\5
Яблоко	100	100	100
2-й день			
салат из моркови с сыром	60	100	100
жаркое по-домашнему	200	200	200
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
3-й день			
тефтели мясные (духовые)\ соус красный основной	80\20	100\20	100\20
гарнир: макароны\отварные с маслом сливочным	100	150	150
Булочка	60	60	60
компот из смеси сухофруктов	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
4-й день			
салат из белокочанной капусты, свежих огурцов и помидоров.	60	80	100
уха из горбуши	200/25	200/25	200/25
чай с лимоном и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
Мед	5	5	5
5-й день			
гуляш (говядина)	80	100	100
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	150	150
сузбеше\творог	50	50	50
сок	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40