

Рекомендовано: *Ведущий - Сулейманов А.В.*



БЕКІТЕМІН/УТВЕРЖДАЮ:
№36 ЭБЖОБББМ директоры
Ахмадова З. Д. Ахмадова

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ
4-х недельное меню
Для питания детей
Из числа малообеспеченных семей
Осень - Зима**



БЕКІТЕМІН/УТВЕРЖДАЮ:
№36 ЭБЖОББМ директоры
Ахмадова Д. Ахмадова

Меню для детей из малообеспеченных семей и детей-сирот
На 2018-2019 учебный год

1 день	Ккал		6 день	Ккал	
Плов из филе курицы	250	200 г	Свежий огурец (нарезка)	7	30 г
Сок абрикосовый	110	200 г	Плов из филе курицы	377	200 г
Хлеб	18	35 г	Чай с сахаром, лимоном	85	200 г
Итого: 221,42 г			Хлеб	18	35 г
			Итого: 221,42 г		
2 день			7 день		
Сосиска отварная	261,7	1/60 г	Шницель мясной	193	60/30 г
Картофельное пюре	95,47	150 г	Каша гречневая	149	150 г
Чай с сахаром	156	200 г	Кисель плодово-ягодный	102,7	200 г
Ватрушка с творогом	314,54	50 г	Хлеб	18	35 г
Хлеб	18	35 г	Итого: 221,42 г		
Итого: 221,42 г					
3 день			8 день		
Котлета мясная	193	60/30 г	Мясо курицы тушеное с овощами	195	50/50 г
Вермишель отварная	136	150 г	Макаронные отварные	172	150 г
Компот из свежих яблок	185	200 г	Компот из свежих яблок	185	200 г
Хлеб	18	35 г	Хлеб	18	35 г
Итого: 221,42 г			Итого: 221,42 г		
4 день			9 день		
Голубцы ленивые с вареным мясом	215,8	200 г	Котлета рыбная	71	60/30 г
Кисель плодово-ягодный	102,7	200 г	Картофельное пюре	95,47	150 г
Хлеб	18	35 г	Кефир	80	200 г
Итого: 221,42 г			Хлеб	18	35 г
			Итого: 221,42 г		
5 день			10 день		
Пельмени отварные	312,9	150 г	Тефтели из говядины	261,71	60/30 г
Салат из моркови с яблоком	34	200 г	Рожки отварные	198	150 г
Чай с лимоном с сахаром	85	35 г	Кисель клубничный	102,7	200 г
Хлеб	18		Хлеб	18	35 г
Итого: 221,42 г			Итого: 221,42 г		

11 день	Ккал		16 день	Ккал	
Плов из филе курицы	250	200 г	Свежий огурец (нарезка)	7	30 г
Сок абрикосовый	110	200 г	Плов из филе курицы	377	200 г
Хлеб	18	35 г	Чай с сахаром, лимоном	85	200 г
Итого: 221,42 г			Хлеб	18	35 г
			Итого: 221,42 г		
12 день			17 день		
Сосиска отварная	261,7	1/60 г	Шницель мясной	193	60/30 г
Картофельное пюре	95,47	150 г	Каша гречневая	149	150 г
Чай с сахаром	156	200 г	Кисель плодово-ягодный	102,7	200 г
Ватрушка с творогом	314,54	50 г	Хлеб	18	35 г
Хлеб	18	35 г	Итого: 221,42 г		
Итого: 221,42 г					
13 день			18 день		
Котлета мясная	193	60/30 г	Мясо курицы тушеное с овощами	195	50/50 г
Вермишель отварная	136	150 г	Макаронны отварные	172	150 г
Компот из свежих яблок	185	200г	Компот из свежих яблок	185	200 г
Хлеб	18	35 г	Хлеб	18	35 г
Итого: 221,42 г			Итого: 221,42 г		
14 день			19 день		
Овощное рагу с мясом	228	200 г	Котлеты рыбные	71	60/30 г
Кисель плодово-ягодный	102,7	200 г	Картофельное пюре	95,47	150 г
Хлеб	18	35 г	Кефир	80	200 г
Итого: 221,42 г			Хлеб	18	35 г
			Итого: 221,42 г		
15 день			20 день		
Пельмени отварные	312,9	150 г	Тефтели из говядины	261,71	60/30 г
Салат из моркови с яблоком	34	50 г	Рожки отварные	198	150 г
Чай с лимоном с сахаром	85	200гр	Кисель клубничный	102,7	200 г
Хлеб	18	35 г	Хлеб	18	35 г
Итого: 221,42 г			Итого: 221,42 г		

Медсестра И.И. Нечепорук И. А.
 ИП «Саванович Р.И.» Саванович Р.И. Саванович Р.И.

Согласованно



БЕКТЕМІН/УТВЕРЖДАЮ:
 №36 ОБЖОББМ директоры
 3. Д. Ахмадова

Перспективное меню
На осенне – зимний период 2018 -2019 уч. год

1 день			2 день		
Комплексный обед	Ккал	Выход (гр.)	Комплексный обед	Ккал	Выход (гр.)
Плов из птицы	377	200	Сосиска отварная	261,71	1/60
Чай с лимоном	56	200	Картофельное пюре	95,47	150
Хлеб	18	35	Чай с сахаром	62,4	200
			Хлеб	18	35
Свободное меню			Свободное меню		
Салаты			Салаты		
Салат из свежих огурцов	55,86	100	Салат из св помидоров и сладкого перца	45,65	100
Салат овощной	82,2	100	Салат из свеклы	25	100
Первые блюда			Первые блюда		
Свекольник	136	250	Суп рассольник	39,8	250
Вторые блюда, гарниры			Вторые блюда, гарниры		
Плов из птицы	250	200	Биточки мясные	193	80/30
Котлета мясная	193	80/30	Лагман	98,71	250
Каша молочная манная	240,62	200/10	Рыба по – ленинградски	104,25	100
Капуста тушеная	136	150	Каша молочная рисовая	161,8	200/10
Перец фаршированный	165	110/30	Картофельное пюре	95,47	150
Картофель отварной	95	150	Спагетти	136	150
			Блины	125	130
Напитки			Напитки		
Чай с сахаром пакетированный	62,4	200	Чай с сахаром пакетированный	62,4	200
Чай с молоком	156	200	Кисель	53	200
Сок абрикосовый	110	200	Чай пакетированный с молоком	156	200
Кефир	80	200			
Буфетная продукция			Буфетная продукция		
Булочка с маком	327,57	80	Булочка с посыпкой	310	80
Пирожок с картошкой	327,57	75	Корж молочный	371	75
Сосиска в тесте	172,89	100	Самса	353	100
Пицца детская	236	120	Пирожок с капустой	239,61	120

Медсестра И.А. Нечелорук

ИП «Саванович Р.И.» Р.И. Саванович

3 день			4 день		
<i>Комплексный обед</i>	<i>Ккал</i>	<i>Выход (гр.)</i>	<i>Комплексный обед</i>	<i>Ккал</i>	<i>Выход</i>
Котлета мясная	193	60/30	Бигус	292,3	200
Вермишель отварная	136	100	Чай с сахаром и лимоном	156	200
Компот из сух. фруктов	85	200	Хлеб	18	35
Хлеб	18	35			
Свободное меню			Свободное меню		
Салаты			Салаты		
Салат из моркови	28	100	Салат «Витаминный»	28	100
			Салат из свеклы с изюмом	72,26	100
Первые блюда			Первые блюда		
Суп гречневый с картофелем	166	250	Суп рыбный с картофелем	138	250
Вторые блюда, гарниры			Вторые блюда, гарниры		
Котлета мясная	261	80/30	Биточки мясные	193	80/30
Манты	312,9	1/60	Куриная отбивная с овощами	153	200
Печень по-строгановски	187	50/30	Азу	214	150
Каша молочная ячневая	234	200/10	Каша молочная пшеничная	148,8	200/10
Вермишель отварная	136	150	Картофельное пюре	95,47	150
Картофель запечённый с курицей	136,68	200	Плов из говядины	258	200
Напитки			Напитки		
Чай с сахаром пакетированный	62,4	200	Чай с сахаром пакетированный	62,4	200
Чай пакетированный с молоком	156	200	Чай с молоком пакетированный	156	200
Сок натуральный яблочный	110	200	Кисель	110	200
Какао с молоком	213,6	200			
Буфетная продукция			Буфетная продукция		
Булочка с кунжутом	310	80	Коврижка шоколадная	310	80
Полоска песочная	380	80	Ватрушка с творогом	314,54	80
Сосиска в тесте	172,89	100	Пицца детская	236	120

Медсестра И. А. Нечепорук И. А.

ИП «Саванович Р.И.» Р.И. Саванович Р.И.

Handwritten mark

5 день			6 день		
<i>Комплексный обед</i>	<i>Ккал</i>	<i>Выход</i>	<i>Комплексный обед</i>	<i>Ккал</i>	<i>Выход</i>
Пельмени	137,85	200	Плов	193	200
Чай с сахаром с лимоном	59	200	Чай с сахаром с лимоном	59	200
Хлеб	18	35	Хлеб	18	35
<i>Свободное меню</i>			<i>Свободное меню</i>		
<i>Салаты</i>			<i>Салаты</i>		
Салат из моркови с яблоком	110,3	100	Салат из свежих огурцов	53,86	100
Винегрет	55,86	100	Салат из фасоли с морковью	45,65	100
<i>Первые блюда</i>			<i>Первые блюда</i>		
Суп гороховый	36	250	Суп с клецками	161,2	250
<i>Вторые блюда, гарниры</i>			<i>Вторые блюда, гарниры</i>		
Тефтели	320	80/30	Биточки мясные	209,21	80/30
Голубцы с мясом с рисом	92,3	110/30	Каша молочная ячневая	130,36	200/10
Каша молочная пшеничная	240,72	200/10	Картофельное пюре	95,47	150
Вермишель отварная	136	150	Зразы	123,25	80
			Мясо с овощами	174,3	200
			Каша гречневая	136	150
<i>Напитки</i>			<i>Напитки</i>		
Чай с сахаром пакетированный	62,4	200	Чай с сахаром пакетированный	62,4	200
Чай с молоком пакетированный	156	200	Чай с молоком пакетированный	156	200
Сок натуральный персиковый	110	200	Сок натуральный абрикосовый	110	200
<i>Буфетная продукция</i>			<i>Буфетная продукция</i>		
Булочка с корицей	324	80	Булочка сдобная	236	80
Пирожок с картофелем	222,5	75	Корж молочный	307,92	80
Самса	353	120	Пирожок с картошкой	311,56	75

Медсестра Ичепорук И. А.

ИП «Саванович Р.И.» Саванович Р.И.

7 день			8 день		
<i>Комплексный обед</i>	<i>Ккал</i>	<i>Выход</i>	<i>Комплексный обед</i>	<i>Ккал</i>	<i>Выход</i>
Биточки мясные	250	200	Филе курицы тушёное с овощами	261	50
Каша гречневая	139,7	150	Макаронные изделия отварные	310,4	150
Чай с молоком с сахаром	58	200	Чай с сахаром	58	200
Хлеб	18	35	Хлеб	18	35
<i>Свободное меню</i>			<i>Свободное меню</i>		
<i>Салаты</i>			<i>Салаты</i>		
Салат зимний	45,65	100	Салат витаминный	45,65	100
Салат из свежей капусты	45,65	100	Салат из свеклы с яблоками	84,2	100
<i>Первые блюда</i>			<i>Первые блюда</i>		
Суп полевой	138	250	Борщ из свежей капусты	87,7	250
<i>Вторые блюда, гарниры</i>			<i>Вторые блюда, гарниры</i>		
Биточки мясные	193	80/30	Котлета мясная	261	80
Рыба по- ленинградски	312,9	100	Вареники с картофелем	193	200
Каша молочная кукурузная	234	200/10	Картофель запеченный с мясом	215	200
Каша перловая	154,95	150	Каша молочная рисовая	130,36	200/10
Голубцы с мясом с рисом	192,3	108	Макаронные изделия отварные	136	150
			Капуста тушёная	234	150
<i>Напитки</i>			<i>Напитки</i>		
Чай с сахаром пакетированный	62,4	200	Чай с сахаром пакетированный	62,4	200
Чай пакетированный с молоком	156	200	Кофе «3в1»	167	200
Компот из сухофруктов	58	200	Сок натуральный персиковый	110	200
Сок натуральный абрикосовый	110	200	Минеральная вода	80	200
<i>Буфетная продукция</i>			<i>Буфетная продукция</i>		
Булочка с изюмом	327,57	80	Булочка сдобная	310	80
Ватрушка с творогом	372	75	Пирожок с картофелем	235	75
Пицца детская	236	120	кекс	324	75
			Сосиска в тесте	172,89	100

Медсестра И.Ф. Нечепорук И. А.

ИП «Саванович Р.И.» Саванович Р.И.

9 день			10 день		
<i>Комплексный обед</i>	<i>Ккал</i>	<i>Выход</i>	<i>Комплексный обед</i>	<i>Ккал</i>	<i>Выход</i>
Сосиска отварная	215	50/50	Тефтели из говядины	261,71	60
Картофельное пюре	245,4	150	Вермишель отварная	198	150
Компот из сухофруктов	58	200	Чай с сахаром с лимоном	85	200
Хлеб	18	35	Хлеб	18	35
<i>Свободное меню</i>			<i>Свободное меню</i>		
<i>Салаты</i>			<i>Салаты</i>		
Винегрет	55,86	100	Салат из св помидор	52	100
			Салат из моркови	60	100
Салат из свежей капусты	45,65	100			
<i>Первые блюда</i>			<i>Первые блюда</i>		
Суп рыбный	39,8	250	Суп харчо	161,25	250
<i>Вторые блюда, гарниры</i>			<i>Вторые блюда, гарниры</i>		
Биточки мясные	193	80	Тефтеля из говядины	261,71	80
Голубцы	148,5	108	Печень по-строгановски	198	50/30
Домашнее жаркое	382,7	200	Лагман	215	200
Картофельное пюре	245,4	150	Каша молочная пшеничная	161,8	200/10
Каша молочная пшённая	240,72	150	Спагетти отварное	200	150
			Рис припущенный	245,4	150
<i>Напитки</i>			<i>Напитки</i>		
Чай с сахаром пакетированный	62,4	200	Чай с сахаром пакетированный	62,4	200
Компот из сухофруктов	58	200	Чай пакетированный с молоком	156	200
Сок абрикосовый	110	200	Кефир	200	200
			Сок абрикосовый	110	200
<i>Буфетная продукция</i>			<i>Буфетная продукция</i>		
Коврижка шоколадная	324	80	Булочка в шоколаде	307,92	80
Пирожок с капустой	348	75	Корж молочный	371	75
Булочка с маком	327	80	Пирожки с картошкой	310	75
Булочка с кунжутом	310	80	Самса	353	120

Медсестра И. А. Нечепорук И. А.

ИП «Саванович Р.И.» Р.И. Саванович Р.И.