



Утверждаю
КГУ СОШ № 9
г. Павлодар
Руководитель:
Завальная С.В.

Социальное меню 1 неделя

Наименование блюда	7-10лет		11-14лет		15-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день						
Суп рисовый на к/б	200	85,9	230	114,5	250	143,16
Яблоки	1шт	104	1шт	104	1шт	104
Мясо с овощами	50/50	267,6	65/65	348	75/75	386,67
Макароны	100	90,38	130	117,5	150	135,77
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2	200	101,2
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		725,28		899,5		1023,2
2 день						
Борщ на к/б со сметаной	200	307,3	230	353,4	250	384,13
Тефтели мясные с соусом	200	259,2	230	336,96	250	388,8
Макароны	200	76,4	200	76,4	200	76,4
Компот из сухофруктов	200	55,1	200	55,1	200	55,1
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		774,2		936,16		1056,83
3 день						
Рассольник на к/б	200	31,56	230	42,08	250	52,6
Салат из капусты со свежем огур	80	87,7	90	100,85	100	109,63
плов из мяса курицы	200	129	230	172	250	215
Булочка домашняя	50	126,2	50	145,13	50	157,75
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2	200	101,2
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		551,86		675,56		788,58
4 день						
Суп рыбный	200	72,9	230	97,2	250	121,5
Биточки мясные с соусом	80/30	62,7	90/40	62,7	100/50	62,7
Картофельное пюре	100	286	130	457,6	150	572
Мед	10	32,8	10	32,8	10	32,8
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2	200	101,2
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		631,8		865,8		1042,6
5 день						
Щи из свежей капусты	200	72,9	230	97,2	250	121,5
Шницель куриный с соусом	80/30	439	90/40	482,9	100/50	526,8
Каша гречневая	100	80,5	130	104,65	150	120,75
Сок натуральный	200	100	200	100	200	100
Печенье	30	32,8	30	32,8	30	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		801,4		931,85		1054,25
Итого за 5 дней		3484,54		4308,87		4965,46
Итого средняя за день		696,908		861,774		993,092

Зав. производства:

Утверждаю

КГУ "СОШГ № 9

г. Павлодар

Руководитель:

Завальная С.В.

Социальное меню 2 неделя

Наименование блюд	7-10лет		11-14лет		15-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день						
Суп гречневый на к/б	200	94	230	94	250	94
Печенье	30	119,56	30	119,56	30	119,56
Плов из говядины	200	347,2	230	416,64	250	462,93
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2	200	101,2
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		738,16		751,7		836,09
2 день						
Суп гороховый	200	53	230	84,8	250	106
Курица с овощами,пшеничная	200	124,1	230	139,61	250	155,13
Салат свекольный с сыром на р/м	80	227,9	90	250,69	100	273,48
Комлот из сухофруктов	200	55,1	200	55,1	200	55,1
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		536,3		644,5		742,11
3 день						
Суп овощной	200	58,2	230	66,93	250	72,75
Тефтели мясные с соусом	80/20	53,9	90/40	70,07	100/50	80,85
Каша пшеничная	100	108,2	130	108,2	150	108,2
Ватрушка с творогом	50	50,1	50	65,13	50	75,15
Кисель плодово-ягодный	200	76,4	200	76,4	200	76,4
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		423		501,03		565,75
4 день						
Свекольник на к/б	200	56,3	230	75,07	250	93,83
Салат витаминный на р/м	80	105	90	120,75	100	131,25
Котлета рыбная с соусом	80/20	274,4	90/40	301,84	100/50	329,28
Картофельное пюре	100	80,5	130	104,65	150	120,75
Чай с лимоном	200	411,7	200	658,72	200	823,4
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		1004,1		1375,33		1650,91
5 день						
Суп с макаронными изделиями на к	200	72,2	230	830,3	250	90,25
Булочка домашняя	50	106,13	50	106,13	50	106,13
Котлета куриная с соусом	80/20	66	90/40	85,8	100/50	99
Каша перловая	100	87,4	130	87,4	150	87,4
Чай черный с сахаром	200	32,8	200	32,8	200	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3	40	152,4
Итого за день		440,73		1256,73		567,98
Итого за 5 дней		3142,29		4529,29		4362,84
Итого средняя за день		628,458		905,858		872,568

Зав. производства: