



Утверждаю  
 Руководитель  
 "ҚҒУ "СОШ им. Шапыка Шокина"  
 г. Павлодар  
 Завальная С.В.

**Меню 1 неделя**

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал	
<b>1 день</b>						
Рассольник	200	2,3		3	12,7	62,4
Печенье	30	1		2	22,8	104
Чай черный с сахаром	200	0,3		0,1	24,9	101,2
Хлеб	20	7,7		1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>11,3</b>		<b>6,5</b>	<b>64,17</b>	<b>343,8</b>
<b>2 день</b>						
Курица в белом соусе-пшеничка	200	16,6		20,9	18,6	328,9
Кампот	200	0,1		0,1	18,8	76,4
Хлеб	20	7,7		1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>24,4</b>		<b>22,4</b>	<b>41,17</b>	<b>481,5</b>
<b>3 день</b>						
Суп с макаронными изделиями на к/б	200	7,5		9,4	34,1	251,4
Булочка домашняя	50	36		3,4	23,5	139
Чай каркаде	200	0,1		0	2,3	9,5
Хлеб	20	7,7		1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>51,3</b>		<b>14,2</b>	<b>63,67</b>	<b>476,1</b>
<b>4 день</b>						
Тефтели мясные с соусом	80/30	17,7		20,9	25	359,1
Картофельное пюре	100	2,4		10,2	10,2	80,5
Мед	10	0,08		0	0,8	32,8
Чай черный с сахаром	200	0,3		0,1	24,9	101,2
хлеб	20	7,7		1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>28,18</b>			<b>64,67</b>	
<b>5 день</b>						
Суп гороховый	200	4,2		6,6	4,4	72,9
Сок натуральный	200	1,4		0,2	26,4	100
Печенье	30	1,91		4,27	170,3	119,56
хлеб	20	76,2		0	0,8	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>83,71</b>		<b>11,07</b>	<b>201,9</b>	<b>368,66</b>
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>1413,29</b>		<b>54,17</b>	<b>435,58</b>	<b>1670,06</b>
<b>Итого средняя за день</b>		<b>282,658</b>		<b>10,834</b>	<b>87,116</b>	<b>334,012</b>

Зав. производства:

Утверждаю  
 Руководитель  
 "СОШ им. Шапыка Шокина"  
 г. Павлодар  
 Завальная С.В.



**Меню 2 неделя**

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>1 день</b>					
Суп гречневый на к/б	200	4,3	7	19,2	157,5
Чай черный с сахаром	200	0,3	0,1	24,9	101,2
Печенье	30	1,91	4,27	170,3	119,56
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>14,21</b>	<b>12,77</b>	<b>218,17</b>	<b>454,46</b>
<b>2 день</b>					
Курица в белом соусе-пшеничка	200	124,1	230	139,61	124,1
Компот из сухофруктов	200	55,1	200	55,1	55,1
хлеб	20	76,2	30	114,3	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>255,4</b>	<b>460</b>	<b>309,01</b>	<b>255,4</b>
<b>3 день</b>					
Суп волна	200	58,2	230	66,93	250
Ватрушка с творогом	50	2,8	2,9	19,3	114,7
Чай черный с сахаром	200	76,4	200	76,4	200
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>145,1</b>	<b>434,3</b>	<b>166,4</b>	<b>640,9</b>
<b>4 день</b>					
Котлета рыбная с соусом	80/30	2,5	6,4	20,7	242,3
Картофельное пюре	100	2,4	3,4	10,2	80,5
Чай с лимоном	200	411,7	200	658,72	823,4
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>424,3</b>	<b>211,2</b>	<b>693,39</b>	<b>1222,4</b>
<b>5 день</b>					
Каша молочна рисовая	200	3,4	6,5	22,9	163,8
Фрукты	1шт	4,5	6,9	33,7	106,13
Чай черный с сахаром	200	0,3	0,1	24,9	101,2
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>15,9</b>	<b>14,9</b>	<b>85,27</b>	<b>447,33</b>
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>854,91</b>	<b>1133,17</b>	<b>1472,24</b>	<b>3020,49</b>
<b>Итого средняя за день</b>		<b>170,982</b>	<b>226,634</b>	<b>294,448</b>	<b>604,098</b>

Зав. производства:

