



«Утверждаю»  
Руководитель КГУ «СОШ №15»  
Шакенова Н.Ж.

**Перспективное 2-х недельное меню блюд для организации питания учащихся из Фонда Всеобуча столовой КГУ «СОШ №15 г. Павлодара»**

**1 неделя**

**1 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Рассольник ленинград.	200	250	1.69	0.95	6.12	139.8	
Плов с курицей	200	250	12.71	7.85	26.8	210	
Чай черный с сахаром	200	200	6.0	1.54	6.50	121.3	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
Мед	5	5	0.10	0.3	7.63	16.2	
							450

**2 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Борщ из свеж.капусты	200	250	1.54	0.87	2.71	166	
Филе курицы с овощами	80	100	12.71	7.85	26.8	215	
Картофельное пюре	100	150	0.55	1.6	2.36	135.2	
Чай черный с сахаром	200	200	6.0	1.54	6.50	121.3	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
Салат из моркови	60	100	0.55	1.4	2.36	75	
							450

**3 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Свекольник	200	250	1.54	0.87	2.71	136	
Вареники с картофелем	200	200	0.55	1.6	2.36	140	
Кисель	200	200	6.0	1.54	6.50	76	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
Мед	5	5	0.10	0.3	7.63	16.2	
							450

**4 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Суп харчо	200	250	1.69	0.95	6.12	161.2	
Биточки из говядины	80	100	7.65	14.7	7.73	193	
Каша гречневая	100	150	0.55	1.6	2.36	162	
Компот из сухофруктов	200	200	6.0	1.54	6.50	85	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
Огурцы (нарезка)	60	100				73	
							450

**5 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Лапша по-домашнему	200	250	2.5	5.5	11.62	136	
Рагу из курицы	200	250	12.71	7.85	26.8	250	
Чай черный с сахаром, с лимоном	200	200	6.0	1.54	6.50	85	
Салат витаминный	60	100	0.40	2.36	3.23	72	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
							450





«Утверждаю»  
Руководитель КГУ «СОШ №15»  
Шакенова Н.Ж.

**Перспективное 2-х недельное меню блюд для организации питания учащихся  
из Фонда Всеобуча столовой КГУ «СОШ №15 г. Павлодара»**

**2 неделя  
6 день**

Наименование готовых блюд	7-10 лет	11-14 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Рассольник ленинград.	200	250	1.69	0.95	6.12	139.8	
Тефтеля с соусом	80	100	7.65	14.7	7.73	215	
Картофельное пюре	100	150	0.55	1.6	2.36	135.2	
Кисель	200	200	6.0	1.54	6.50	122	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
Мед	5	5	0.10	0.3	7.63	16.2	
							450

**7 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Суп крестьянский	200	250	3.71	0.84	8.06	166	
Котлета мясная	80	150	7.65	14.7	7.33	193	
Гороховое пюре	100	150	13.87	1.41	34.92	208	
Чай черный с сахаром	200	200	6.0	1.54	6.50	121.3	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
							450

**8 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Суп картофельный	200	250	3.71	0.84	8.06	170	
Пельмени с маслом	150	200	13.06	11.56	12.9	312.9	
Компот из сухофруктов	200	200	6.0	1.54	6.50	85	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
Яблоко	200	200					
							450

**9 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Суп гороховый	200	250	1.69	0.95	6.12	39.8	
Котлета куриная	80	150	7.65	14.7	7.33	137.85	
Рожки отварные	100	150	3.9	4.1	20.84	136	
Чай с лимоном	200	200	6.0	1.54	6.50	185	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
Мед	5	5	0.10	0.3	7.63	16.2	
							450

**10 день**

Наименование готовых блюд	6-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Суп вермишелевый с картофелем	200	250	3.71	0.84	8.06	80	
Тефтели из говядины	80	100	7.65	14.7	7.73	209.21	
Каша ячневая	100	150	0.55	1.6	2.36	161.8	
Салат из свежих овощей	60	100	0.40	2.36	3.23	75	
Чай черный с сахаром	200	200	6.0	1.54	6.50	121.3	
Хлеб пшеничный	30	30	0.88	0.34	30.22	18	
							450