

Утверждаю  
И.о.руководителя КГУ  
"СОЦ №33 г.Павлодара"  
Ешенова Г.Н.



### Социальное меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
<b>1 день</b>				
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	307,3	250	353,4
Жаркое с мясом говядины	200	259,2	250	336,96
Кисель плодово-ягодный	200	76,4	200	76,4
Фрукты	200	104	200	104
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>823,1</b>		<b>985,06</b>
<b>2 день</b>				
Рассольник с мясом говядины	200	62,4	250	78
Салат из моркови на р/м	60	60,51	100	100,85
плов из мяса говядины	200	129	250	172
мед	10	32,8	10	32,8
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>668,88</b>		<b>843,1</b>
<b>3 день</b>				
Суп крестьянский с говядиной	200	85,9	250	114,5
Филе куриное с овощами	100	267,6	150	348
Макароны	100	90,38	150	117,5
Компот из сухофруктов	200	116	200	116
мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>668,88</b>		<b>843,1</b>
<b>4 день</b>				
Суп гороховый с говядиной	200	53,6	250	53,6
Котлета рыбная	80/30	62,7	100/50	62,7
Картофельное пюре	100	88,2	150	132,3
Сок натуральный	200	92	200	92
Булочка домашняя	50	91,7	50	91,7
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>464,4</b>		<b>546,6</b>
<b>5 день</b>				
Щи из свежей капусты с мясом говядины	200	72,9	250	97,2
Щицеель мясной с соусом	80/30	439	100/50	482,9
Каша гречневая	100	286	150	429
Чай с лимоном	200	100	200	100
мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>1006,9</b>		<b>1256,2</b>
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>3039,48</b>		<b>3745,26</b>
<b>Итого средняя за день</b>		<b>607,896</b>		<b>749,052</b>

Зав. производства:

Утверждаю  
И.о.руководителя КГУ  
"СОИИ №32 г.Павлодара"  
Ешенова Г.Н.



### Социальное меню 2 неделя

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
<b>1 день</b>				
Суп овощной с мясом говядины	200	58,2	250	72,75
Салат свекольный с сыром на р/м	60	227,9	100	379,83
Тефтели мясные с соусом	80/20	70,06	100/50	105,1
Каша гречневая	100	108,2	150	162,3
Компот из свежих яблок	200	62,7	200	62,7
Мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>636,06</b>		<b>929,78</b>
<b>2 день</b>				
Суп рисовый с мясом говядины	200	115,5	250	144,38
Биточки мясные с соусом	80/30	439	100/50	482,9
Каша пшеничная	100	87,4	150	131,1
Ватрушка с творогом	75	91,7	50	91,7
Чай с лимоном	200	32,8	200	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>750,9</b>		<b>905,48</b>
<b>3 день</b>				
Суп рыбный из минтая	200	56,3	250	75,07
Салат витаминный на р/м	60	72,43	100	120,79
Котлета куриная с соусом	80/20	62,7	100/50	94,05
макаронны отварные	100	80,5	150	120,75
Кисель	200	76,4	200	76,4
Мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>457,35</b>		<b>634,12</b>
<b>4 день</b>				
Суп вермешелевый с мясом говядины	200	53	250	66,25
Салат из моркови на р/м	60	72,43	100	120,79
Жаркое с мясом говядины	200	124,1	250	155,13
Чай школьный	200	55,1	200	55,1
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>838,2</b>		<b>1145,65</b>
<b>5 день</b>				
Борщ с мясом курицы	200	94	250	117,5
Плов из мяса говядины	200	124,1	250	155,13
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2
Булочка домашняя	50	344	50	344
хлеб	20	76,2	30	114,3
<b>Итого за день</b>		<b>739,5</b>		<b>832,13</b>
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>1719,5</b>		<b>2157,67</b>
<b>Итого средняя за день</b>		<b>343,9</b>		<b>431,534</b>

Зав. производства:



Утверждаю  
И.о. руководителя КГУ  
"СОИ №33 г. Павлодара"  
Ешенова Г.Н.



### Меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
<b>1 день</b>					
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	0,6	3	3	307,3
Яблоки	200	16,6	20,9	18,6	328,9
Кисель плодово-ягодный	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>25</b>	<b>25,4</b>	<b>44,17</b>	<b>788,8</b>
<b>2 день</b>					
плов из мяса говядины	200	2,3	3	12,7	62,4
Салат из моркови на р/м	60	2,65	2,7	34,75	172
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>12,95</b>	<b>7,2</b>	<b>76,12</b>	<b>411,8</b>
<b>3 день</b>					
Филе куриное с овощами	100	1,7	5,6	11,2	102,1
макаронны	100	1,91	4,27	170,3	119,56
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,1	15,3	62,7
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>11,61</b>	<b>11,37</b>	<b>200,57</b>	<b>360,56</b>
<b>4 день</b>					
Суп гороховый с мясом говядины	200	17,7	20,9	25	359,1
Булочка домашняя	50	2,4	3,4	10,2	80,5
Сок натуральный	200	1,4	0,2	26,4	100
хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>29,2</b>		<b>65,37</b>	
<b>5 день</b>					
Шницель мясной в соусом	80/30	4,2	6,6	4,4	72,9
Каша гречневая	100	3,6	4,3	46,5	259,2
Чай с лимоном	200	0,2	0,1	24,9	101,2
хлеб	20	7,7	0	0,8	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>89,3</b>	<b>11</b>	<b>76,6</b>	<b>509,5</b>
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>1679,66</b>	<b>54,97</b>	<b>462,83</b>	<b>2070,66</b>
<b>Итого средняя за день</b>		<b>335,932</b>	<b>10,994</b>	<b>92,566</b>	<b>414,132</b>

Заг. производства:

Утверждаю  
И.о.руководителя КГУ  
"СОЦ №33 г.Павлодара"  
Ешенова Г.Н.



## Меню 2 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
<b>1 день</b>					
Тефтели мясные с соусом	80/30	7,7	4,5	8,5	105,1
Каша гречневая	100	8,6	4,3	46,5	259,2
Салат из свеклы с сыром на р/м	60	2,65	2,7	34,75	172
Компот из свежих яблок	200	411,7	200	658,72	823,4
хлеб	20	76,2	30	114,3	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>506,85</b>	<b>241,5</b>	<b>862,77</b>	<b>1435,9</b>
<b>2 день</b>					
Суп рисовый с мясом говядины	200	8	10,5	26,3	232,3
Булочка дорожная	50	36	3,4	23,5	139
Чай с лимоном	200	76,4	200	76,4	200
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>128,1</b>	<b>215,3</b>	<b>129,97</b>	<b>647,5</b>
<b>3 день</b>					
Котлета куриная с соусом	80/30	17,7	20,9	25	359,1
Макароны отварные	100	2,4	3,4	10,2	80,5
Кисель	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>28,1</b>	<b>25,8</b>	<b>63,87</b>	<b>617</b>
<b>4 день</b>					
Жаркое с мясом говядины	200	2,4	5,1	14,9	115,5
Салат из моркови на р/м	60	72,45	2,7	34,75	172
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>82,85</b>	<b>9,3</b>	<b>78,32</b>	<b>464,9</b>
<b>5 день</b>					
Борщ с мясом курицы	200	2	5,8	12,3	110
Чай черный с сахаром	200	0,3	0,1	24,9	101,2
Булочка домашняя	50	2,65	2,7	34,75	172
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
<b>Итого за день</b>		<b>12,65</b>	<b>10</b>	<b>75,72</b>	<b>459,4</b>
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>758,55</b>	<b>501,9</b>	<b>1210,65</b>	<b>3624,7</b>
<b>Итого средняя за день</b>		<b>151,71</b>	<b>100,38</b>	<b>242,13</b>	<b>724,94</b>

Зав. производства: