



Утверждаю
КГУ "Школа-лицей имени
Аманжолы Шамкенова
города Павлодар
Руководитель:
Тургульдинова И.Ж.

Социальное меню 1 неделя (зима-весна)

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
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
Итого за день		823,1		985,06
2 день				
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
Итого за день		668,88		843,1
3 день				
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
Итого за день		668,88		843,1
4 день				
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
Итого за день		464,4		546,6
5 день				
Щи из свежей капусты с мясом говядины	200	72,9	250	97,2
Шницель 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
Итого за день		1006,9		1256,2
Итого за 5 дней		3039,48		3745,26
Итого средняя за день		607,896		749,052



Утверждаю
 КГУ "Школа-лицей имени
 Аманжолы Шамкенова
 города Павлодар
 Руководитель:
 Тургульдинова И.Ж.

Социальное меню 2 неделя (зима-весна)

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
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
Итого за день		636,06		929,78
2 день				
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
Итого за день		750,9		905,48
3 день				
Суп рыбный из минтая	200	56,3	250	75,07
Салат витаминный на р/м	60	72,45	100	120,75
Котлета куриная с соусом	80/20	62,7	100/50	94,05
макароны 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
Итого за день		457,35		634,12
4 день				
Суп вермешелевый с мясом говядины	200	53	250	66,25
Салат из моркови на р/м	60	72,45	100	120,75
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
Итого за день		838,2		1145,65
5 день				
Борщ с мясом курицы	200	94	250	117,5
Плов из мяса говядины	200	124,1	250	155,12
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2
Булочка домашняя	50	344	50	344
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		739,5		832,12
Итого за 5 дней		1719,5		2157,67
Итого средняя за день		343,9		431,534



Утверждаю
КГУ "Школа-лицей имени
Аманжолы Шамкенова
города Павлодар
Руководитель:
Тургульдинова И.Ж.

Социальное меню 1 неделя (лето-осень)

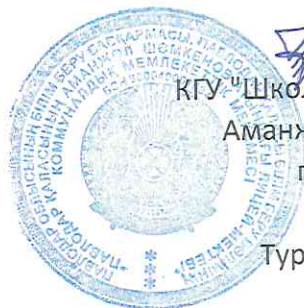
Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	307,3	250	353,4
Жаркое с мясом говядины	200	259,2	250	336,96
Чай черный с сахаром	200	76,4	200	76,4
Фрукты	200	104	200	104
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		823,1		985,06
2 день				
Рассольник с мясом говядины	200	62,4	250	78
Салат из капусты со свежим огурцом на р/м	60	60,51	100	100,85
плов из мяса говядины	200	129	250	172
мед	10	32,8	10	32,8
Кисель плодово-ягодный			200	101,2
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		668,88		843,1
3 день				
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
Чай с лимоном	200	116	200	116
мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		668,88		843,1
4 день				
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
Итого за день		464,4		546,6
5 день				
Щи из свежей капусты с мясом говядины	200	72,9	250	97,2
Шницель мясной с соусом	80/30	439	100/50	482,9
Каша гречневая	100	286	150	429
Компот из сухофруктов	200	100	200	100
мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		1006,9		1256,2
Итого за 5 дней		3039,48		3745,26
Итого средняя за день		607,896		749,052



Утверждаю
 КГУ "Школа-лицей имени
 Аманжолы Шамкенова
 города Павлодар
 Руководитель:
 Тургульдинова И.Ж.

Социальное меню 2 неделя (лето-осень)

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
Суп овощной с мясом говядины	200	58,2	250	72,75
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
Итого за день		408,16		549,95
2 день				
Суп рыбный из минтая	200	56,3	250	75,07
Салат витаминный на р/м	60	72,45	100	120,75
Котлета куриная с соусом	80/20	62,7	100/50	94,05
макароны 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
Итого за день		457,35		634,12
3 день				
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
Итого за день		750,9		905,48
4 день				
Суп вермешелевый с мясом говядины	200	53	250	66,25
Огурцы нарезка	30	72,45	100	120,75
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
Итого за день		380,85		511,53
5 день				
Борщ с мясом курицы	200	94	250	117,5
Плов из мяса говядины	200	124,1	250	155,12
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2
Булочка домашняя	50	344	50	344
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		739,5		832,12
Итого за 5 дней		1229,35		1490,75
Итого средняя за день		245,87		298,15



Утверждаю
КГУ "Школа-лицей имени
Аманжолы Шамкенова
города Павлодар
Руководитель:
Тургульдинова И.Ж.

Прайс лист свободного меню

	выход	цена		выход	цена
Вторые блюда					
Азу по-татарски	250	500	Каши молочные	200	180
Бигус	200	500	Салат овощной	100	180
Вареники с картофелем	250	350	Супы	200	180
Вареники с творогом	200	400	Мучные изделия		
Жаркое с мясом	250	500	Булочка "Веснушка"	100	120
Жаркое с курицей	250	500	Булочка домашняя	100	120
Куриная грудка "Дуэт"	250	500	Булочка дорожная	100	120
Лагман	250	500	Булочка с кунжутом	100	120
Мясо по-французски	250	500	Булочка с маком	100	150
Овощное рагу с мясом	200	450	Булочка с изюмом	100	150
Пельмени	250	500	Булочка с начинкой	100	150
			Ватрушка с повидлом	100	150
			Ватрушка с творогом	100	150
Плов из мяса говядины	250	500	Кекс	75	150
Плов из мяса курицы	250	500	Пирожок с картофелем	100	150
Рыба в томате с овощами	250	450	Пирожок с капустой	100	150
Бефстроганов из говядины	50/50	330	Пирожок с повидлом	100	150
Бефстроганов из курицы	50/50	330	Самса с курицей	120	220
Котлеты, биточки мясные	80/20	330	Самса с мясом	120	220
Котлеты, биточки куриные	80/20	330	Сосиска в тесте	120	220
Голубцы	100	330	Пицца	120	220
Гуляш	50/50	330	Хачапури с сыром	120	250
Зразы	100	330	Напитки		
Окорочка запеченные	100	330	Вода без газа	500	150
Манты	60	130	Вода без газа с добавками	500	190
Перец фаршированный	100	330	Сок с трубочкой	200	190
Тефтели мясные	80/20	330	Вода "Бейби	330	250
Минтай в сметанном соусе	100	330	Сок плодово-ягодный(стакан)	200	150
Минтай под маринадом	100	330	Горячие напитки		
Куриная отбивная в льезоне	100	330	Какао	200	130
Гарниры			Кисель	200	100
Гороховое пюре	150	120	Компот	200	100
Картофельное пюре	150	120	Напиток Мозаика	200	130
Каша гречневая	150	120	Напиток из свежих ягод	200	150
Каша пшеничная	150	120	Чай с сахаром	200	60
Каша ячневая	150	120	Чай с молоком	200	100
Макаронны отварные	150	120	Чай с лимоном	200	100
Рис	150	120	Чай школьный	200	60