

Бекітемін
 № 15 ЖОМ басшысы
 Утверждаю
 руководитель СОШ № 15
 Шакенова Н.Ж.
 08.01.2024 год

Социальное меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	142	250	177,5
Жаркое с мясом говядины	200	376,6	250	470
Кисель плодово-ягодный	200	89,1	200	89,1
Фрукты	200	94	200	94
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		777,9		944,9
2 день				
Рассольник с мясом говядины	200	107,4	250	134,25
Салат из моркови на р/м	60	77,6	100	129,3
плов из мяса говядины	200	325,6	250	407
мед	10	32,8	10	32,8
Чай черный с сахаром	200	102,6	200	102,6
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		614,8		786
3 день				
Суп крестьянский с говядиной	200	212,5	250	265,63
Филе куриное с овощами	100	225,7	150	338,6
Макароны	100	93,5	150	140,25
Компот из сухофруктов	200	156,9	200	156,9
мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		797,6		1048,48
4 день				
Суп гороховый с говядиной	200	228,1	250	285,13
Котлета рыбная	80/30	258,9	100/50	354,14
Картофельное пюре	100	153,7	150	230,55
Сок натуральный	200	92	200	92
Булочка домашняя	50	262,9	50	262,9
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		1071,8		1339,02
5 день				
Щи из свежей капусты с мясом говядины	200	173,5	250	216,88
Шницель мясной с соусом	80/30	450,6	100/50	482,9
Каша гречневая	100	138,2	150	207,3
Чай с лимоном	200	64,4	200	64,4
мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		935,7		1118,58
Итого за 5 дней		4197,8		5236,98
Итого средняя за день		839,56		1047,396

Зав. производства:





Социальное меню 2 неделя

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
Суп овощной с мясом говядины	200	199,8	250	249,75
Салат свекольный с сыром на р/м	60	124,3	100	207,16
Тефтели мясные с соусом	80/20	258,2	100/50	352,09
Каша гречневая	100	138,2	150	207,3
Компот из свежих яблок	200	118,8	200	118,8
Мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		948,3		1282,2
2 день				
Суп рисовый с мясом говядины	200	145,8	250	182,25
Биточки мясные с соусом	80/30	522,3	100/50	712,23
Каша пшеничная	100	121,6	150	182,4
Ватрушка с творогом	75	406,3	50	406,3
Чай с лимоном	200	64,6	200	64,6
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		930,5		1255,78
3 день				
Суп рыбный из минтая	200	118,7	250	148,38
Салат витаминный на р/м	60	74,4	100	124
Котлета куриная с соусом	80/20	237,6	100/50	324
макароны отварные	100	93,5	150	140,25
Кисель	200	89,1	200	89,1
Мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		722,3		972,83
4 день				
Суп вермешелевый с мясом говядины	200	129,4	250	161,75
Салат из моркови на р/м	60	77,6	100	129,33
Жаркое с мясом говядины	200	376,6	250	470,75
Чай школьный	200	102,6	200	102,6
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		1484,7		1951,56
5 день				
Борщ с мясом курицы	200	221,8	250	277,25
Плов из мяса говядины	200	325,6	250	407
Чай черный с сахаром	200	102,6	200	102,6
Булочка домашняя	50	264,2	50	264,2
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		990,4		1165,35
Итого за 5 дней		2616,9		3296,81
Итого средняя за день		523,38		659,362

Зав. производства: *бага*