



Утверждаю:

Директор

КГУ СОШ №40 г.Павлодара

Мәуленқұлов Қ.А.

Меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
1 день					
Плов с говядины	200	15,8	18,8	38,8	325,6
Салат из овощей с яблоками	60	1,2	3,2	8,8	47,8
Чай с сахаром	200	1,4	0,4	20,4	79,6
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	76,2
Итого за день		20,02	22,6	77,76	529,2
2 день					
Тефтели мясные с томатным соусом	80/20	9,84	9,84	18,64	142,2
Отварные макароны с маслом сливочн.	100/20	3,5	0,4	23,2	112
Салат из моркови с сыром	60	8,8	16,7	2,2	66,7
Компот из сухофруктов	200	0,8	0	14,2	102,6
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	76,2
Итого за день		23,76	27,14	53,8	499,7
3 день					
Суп гречневый на курином бульоне	200	13,2	6,8	16,8	147,2
Салат из отварной свеклы	60	1,8	2,4	10,5	64,9
Булочка с творогом	60	6	7,26	27,66	180
Чай с сахаром	200	1,4	0,4	20,4	79,6
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	76,2
Итого за день		112,38	116,54	362,44	547,9
4 день					
Котлета куриная в томатном соусе	80/20	23,3	3,6	28,1	134,5
Рис рассыпчатый с маслом сливочным	100	2,4	0,2	24,9	126,7
Салат из свежих овощей	60	1,5	2,5	5,7	69,5
Кисель	200	0,2	0	32,6	72,9
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	76,2
Итого за день		29,02	6,5	101,06	479,8
5 день					
Каша пшенная на молоке с маслом	200	6,7	6,9	38,9	226
Бутерброд с сыром	25	4,2	5,1	9,6	120,3
Чай с сахаром	200	1,4	0,4	20,4	79,6
Яблоко	150	3,6	2	32,6	78
Итого за день		15,9	14,4	101,5	503,9
Итого за 5 дней		1621,72	187,18	696,56	2560,5
Итого средняя за день		324,344	37,436	139,312	512,1

Зав. производства:





Утверждаю:
 Директор
 КГУ СОШ №40 г.Павлодара
 Мауленқұлов Қ.А.

Меню 2 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
1 день					
Курица тушенная	80	22,6	11,6	26,2	103,8
Макароньы отварные	100	3,5	0,4	23,2	112
Салат из овощей с яблоками	35	1,2	3,2	8,8	47,8
Чай с сахаром	200	1,4	0,4	20,4	79,6
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	76,2
Итого за день		30,32	15,8	88,36	419,4
2 день					
Рагу овощное с мясом	200	21,8	9,8	7,6	202,4
Салат из отварной свеклы	60	1,8	2,4	10,5	64,9
Кисель	200	0,2	0	32,6	72,9
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	76,2
Итого за день		25,42	12,4	60,46	416,4
3 день					
Суп гороховый на костном бульоне	200	7,2	19,8	17	228,1
Салат из моркови с сыром	60	8,8	16,7	2,2	66,7
Булочка с творогом	60	6	7,26	27,66	180
Компот из сухофруктов	200	0,8	0	14,2	102,6
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	76,2
Итого за день		53,46	58,96	184,14	653,6
4 день					
Котлета куриная в томатном соусе	80/20	12,8	2,6	28,1	134,5
Картофельное пюре с м/сл	100/20	2,5	4,2	14,7	153,8
Салат из свежих овощей	60	1,5	2,5	5,7	69,5
Чай с сахаром	200	1,4	0,4	20,4	79,6
Хлеб	20	1,62	0,2	9,76	76,2
Итого за день		19,82	9,9	78,66	513,6
5 день					
Каша рисовая на молоке с маслом	200	7,6	10,6	20,6	208,9
Чай с сахаром	200	1,4	0,4	20,4	79,6
Бутерброд с сыром	25	4,2	5,1	9,6	120,3
Яблоко	150	3,6	2	32,6	78
Итого за день		16,8	18,1	83,2	486,8
Итого за 5 дней		145,82	115,16	494,82	2489,8
Итого средняя за день		29,164	23,032	98,964	497,96

Зав. производства:

