

Согласовано:

Директор КХ "Нариман"

Жаукенова М.С.

2025 года

Директор КГУ "СОШ №29" г. Павлодара

Утверждаю:

Абдраев Д.А.

2025 года



Перспективное меню 2 недели

| Наименование блюд | 6-11 лет | | 11-15 лет | | 16-18 лет | |
|---------------------------------------|------------|---------------|------------|---------------|------------|---------------|
| | Выход | Ккал | Выход | Ккал | Выход | Ккал |
| 1 день | | | | | | |
| Поджарка из птицы | 70 | 132,2 | 90 | 190,2 | 100 | 211,3 |
| Рис рассыпчатый с овощами | 130 | 140,1 | 150 | 182,5 | 180 | 221,4 |
| Какао с молоком | 200 | 240,3 | 200 | 240,3 | 200 | 240,3 |
| Яблоки | 120 | 56,0 | 120 | 56,0 | 120 | 56,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30 | 67,5 | 50 | 90,0 | 50 | 90,0 |
| Всего: | 550 | 636,1 | 610 | 759,0 | 650 | 819,0 |
| Всего, % | | 25,21 | | 28,11 | | 26,24 |
| 2 день | | | | | | |
| Ленивые голубцы с говядиной | 200 | 350,9 | 220 | 380,7 | 250 | 483,7 |
| Соус сметанный | 20 | 42,1 | 20 | 42,1 | 20 | 42,1 |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200 | 68,5 | 200 | 68,5 | 200 | 68,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30 | 67,5 | 50 | 90,0 | 50 | 90,0 |
| Всего: | 450 | 529,0 | 490 | 581,3 | 520 | 684,3 |
| Всего, % | | 25,19 | | 25,16 | | 25,24 |
| 3 день | | | | | | |
| Салат с морковь с сыром | 60 | 80,0 | 80 | 107,8 | 100 | 145,3 |
| Жаркое по домашнему из птицы | 200 | 399,4 | 220 | 420,9 | 250 | 421,9 |
| Чай каркаде | 200 | 12,0 | 200 | 12,0 | 200 | 12,0 |
| Яблоки | 120 | 56,0 | 120 | 56,0 | 120 | 56,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30 | 67,5 | 50 | 90,0 | 50 | 90,0 |
| Всего: | 610 | 614,9 | 670 | 686,7 | 720 | 725,2 |
| Всего, % | | 25,47 | | 25,06 | | 25,10 |
| 4 день | | | | | | |
| Котлеты рыбные | 70 | 185,3 | 90 | 199,2 | 100 | 238,4 |
| Макароны отварные | 130 | 205,4 | 150 | 231 | 180 | 267,6 |
| Соус молочно-томатный | 20 | 50,7 | 20 | 50,7 | 20 | 50,7 |
| Поджарка (зеленый горошек) | 20 | 25,0 | 25 | 28,0 | 30 | 30,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 71,3 | 200 | 71,3 | 200 | 71,3 |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30 | 67,5 | 50 | 90,0 | 50 | 90,0 |
| Всего: | 400 | 419,9 | 445 | 471,0 | 480 | 509,6 |
| Всего, % | | 28,82 | | 28,86 | | 27,52 |
| 5 день | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты и яблок | 60 | 39,3 | 80 | 43,6 | 100 | 66,3 |
| Суп гороховый с мясом говядины | 200 | 280,5 | 220 | 299,2 | 250 | 361,9 |
| Булочка с творогом | 50 | 224,7 | 50 | 224,7 | 50 | 224,7 |
| Напиток лимонный | 200 | 67,5 | 200 | 67,5 | 200 | 67,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30 | 67,5 | 50 | 90,0 | 50 | 90,0 |
| Всего: | 540 | 679,5 | 600 | 725,0 | 650 | 810,4 |
| Всего, % | | 30,82 | | 29,8 | | 28,59 |
| Итого за 5 дней | | 2879,4 | | 3223,0 | | 3548,5 |
| Итого средняя за день | | 575,9 | | 644,6 | | 709,7 |

Зав. производства:

