

Согласовано:

Директор КХ "Нариман"

Жауkenova M.C.

2025 года

Утверждено:

Директор КГУ "СОШ №29" г. Павлодара

Абдраев Да.

2025 года



Перспективное меню 2 неделя

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
Подгарнировка (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 белокачанной 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. производством:

