

Приложение 1  
к приказу отдела образования  
Кызылжарского района  
от 04.01. 2023 г. № 05

**4-недельное меню блюд (зима-весна) горячего питания  
для отдельных категорий обучающихся в общеобразовательных школах  
Кызылжарского района**

Наименование блюд	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
I неделя			
Понедельник			
Каша рисовая молочная	150	200	200
Коржик песочный	40	40	40
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник			
Салат из свежих овощей, (капуста белокочанная, морковь) заправленный растительным маслом	60	100	100
Жаркое по-домашнему	150	200	200
Кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда			
Суп лапша домашняя	200	250	250
Выпечка с творогом	30	30	30
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг			
Тефтели рыбные с соусом	80	100	100
Гарнир: крупяной	100	150	150
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница			
Котлеты мясные с соусом	80	100	100
Гарнир: картофельное пюре	100	150	150
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суббота			
Куры отварные	80	100	100
Гарнир: капуста тушеная	100	150	150
Чай с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**4-недельное меню блюд (зима-весна) горячего питания  
для отдельных категорий обучающихся в общеобразовательных школах  
Кызылжарского района**

Наименование блюд	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
II неделя			
Понедельник			
Макароны с сыром	150	200	200
Медовая выпечка	30	30	30
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник			
Салат из белокочанной капусты, заправленный растительным маслом	60	100	100
Плов с мясом говядины	150	200	200
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда			
Суп из овощей	200	250	250
Фрукт	100	100	100
Чай с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг			
Биточки рыбные	80	100	100
Гарнир: крупяной	100	150	150
Кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница			
Рагу овощное с курицей	150	200	200
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суббота			
Мясо тушеное с овощами	80	100	100
Гарнир: картофельное пюре	100	150	150
Чай с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40



**4-недельное меню блюд (зима-весна) горячего питания  
для отдельных категорий обучающихся в общеобразовательных школах  
Кызылжарского района**

Наименование блюд	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
III неделя			
Понедельник			
Каша молочная	150	200	200
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.	1 шт.
Чай с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник			
Салат из моркови, заправленный растительным маслом	60	100	100
Куры отварные	80	100	100
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	150	150
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда			
Котлеты мясные	80	100	100
Гарнир: макароны отварные	100	150	150
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг			
Рыба припущенная	80	100	100
Гарнир: пюре картофельное	100	150	150
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница			
Суп картофельный с овощами	200	250	250
Сыр твердый	20	20	20
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суббота			
Мясо тушеное с овощами	80	100	100
Гарнир: крупяной	100	130	150
Чай с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**4-недельное меню блюд (зима-весна) горячего питания  
для отдельных категорий обучающихся в общеобразовательных школах  
Кызылжарского района**

Наименование блюд	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
IV неделя			
Понедельник			
Каша пшеничная молочная	150	200	200
Медовая выпечка	30	30	30
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник			
Салат из белокочанной капусты, заправленный растительным маслом	60	100	100
Тефтели мясные	80	100	100
Гарнир: крупяной	100	150	150
Кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда			
Лапша домашняя	200	250	250
Выпечка с творогом	30	30	30
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг			
Котлеты рыбные	80	100	100
Гарнир: рис припущенный	100	150	150
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница			
Мясо тушеное с овощами	80	100	100
Гарнир: макароны отварные	100	150	150
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суббота			
Куры отварные	80	100	100
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	150	150
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40



**4-недельное меню блюд (лето-осень) горячего питания  
для отдельных категорий обучающихся в общеобразовательных школах  
Кызылжарского района**

Наименование блюд	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
I неделя			
Понедельник			
Каша рисовая молочная	150	200	200
Медовая выпечка	30	30	30
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник			
Салат из свежих огурцов, заправленный растительным маслом	60	100	100
Жаркое по-домашнему	150	200	200
Кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда			
Суп лапша домашняя	200	250	250
Выпечка с творогом	30	30	30
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг			
Тефтели рыбные	80	100	100
Гарнир: рис припущенный	100	150	150
Компот из свежих плодов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница			
Котлеты мясные	80	100	100
Гарнир: картофельное пюре	100	150	150
Чай с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Фрукт	100	100	100
Суббота			
Куры отварные	80	100	100
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	150	150
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**4-недельное меню блюд (лето-осень) горячего питания  
для отдельных категорий обучающихся в общеобразовательных школах  
Кызылжарского района**

Наименование блюд	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
II неделя			
Понедельник			
Макароны с сыром	150	200	200
Коржик песочный	40	40	40
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник			
Салат из свежих помидоров, заправленный растительным маслом	60	100	100
Плов с мясом говядины	150	200	200
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда			
Суп из овощей	200	250	250
фрукт	100	100	100
Чай с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг			
биточки рыбные	80	100	100
Гарнир: макароны отварные	100	150	150
Кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница			
Рагу овощное с курицей	150	200	200
Выпечка с творогом	40	40	40
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суббота			
Тефтели мясные	80	100	100
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	150	150
Кефир	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40



**4-недельное меню блюд (лето-осень) горячего питания  
для отдельных категорий обучающихся в общеобразовательных школах  
Кызылжарского района**

Наименование блюд	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
III неделя			
Понедельник			
Каша молочная	150	200	200
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.	1 шт.
Чай с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник			
Салат из свежих овощей, (огурцы, помидоры) заправленный растительным маслом	60	100	100
Куры тушённые	80	100	100
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	150	150
Кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда			
Котлеты мясные	80	100	100
Гарнир: макароны отварные	100	150	150
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг			
Рыба припущенная	80	100	100
Гарнир: пюре картофельное	100	150	150
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница			
Суп картофельный с овощами	200	250	250
Сыр твердый	20	25	30
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суббота			
Жаркое по-домашнему	150	200	200
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**4-недельное меню блюд (лето-осень) горячего питания  
для отдельных категорий обучающихся в общеобразовательных школах  
Кызылжарского района**

Наименование блюд	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.	Выход блюда, гр.
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
IV неделя			
Понедельник			
Каша пшенная молочная	150	200	200
Медовая выпечка	30	30	30
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник			
Салат витаминный, заправленный растительным маслом	60	100	100
Тефтели мясные	80	100	100
Гарнир: крупяной	100	150	150
Компот из свежих плодов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда			
Лапша домашняя	200	250	250
фрукт	100	100	100
Кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг			
Котлеты рыбные	80	100	100
Гарнир: рис припущенный	100	150	150
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница			
Мясо тушеная с овощами	80	100	100
Гарнир: макароны отварные	100	150	150
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суббота			
Плов (говядина)	150	200	200
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40