**4-х недельное перспективное меню для конкурса:**

«Услуги по организации горячего питания для детей из малообеспеченных семей за счет фонда Всеобуч в КГУ «Архангельская СШ», КГУ «Новокаменская СШ», КГУ «Водопроводная СШ», КГУ «Больше-Малышенская СШ», КГУ «Беловская СШ», КГУ «Боголюбовская СШ», КГУ «Петерфельдская СШ», КГУ «Пеньковская СШ», КГУ «Озерная СШ», КГУ « Асановская СШ», КГУ «Рассветская СШ», КГУ «Кондратовская СШ», КГУ «Вагулинская СШ», КГУ «Якорьская СШ», КГУ «Совхозная СШ», КГУ «Шаховская СШ», КГУ «Новоалександровская НШ», КГУ «Бугровская СШ», КГУ «Налобинская СШ», КГУ «Новоникольская СШ», КГУ «Пресновская СШ», КГУ «Сивковская СШ», КГУ «Березовская ОШ», КГУ «Вознесенская ОШ», КГУ «Глубоковская ОШ», КГУ «Долматовская ОШ», КГУ «Дубровинская ОШ», КГУ «Красноярская ОШ», КГУ «Кустовская ОШ», КГУ «Красногоровская ОШ», КГУ «Надеждинская ОШ», КГУ «Подгорненская ОШ», КГУ «Приишимская ОШ», КГУ «Чапаевская ОШ», КГУ «Барневская НШ», КГУ «Вишневская НШ», КГУ «Жиляковская НШ», КГУ «Новоникольская НШ», Кызылжарского района Северо-Казахстанской области».

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Граммы** |
| **1 неделя** | |
| **Понедельник** | |
| Суп лапша домашняя | 230 |
| Тефтели мясные,  гарнир: гречка рассыпчатая | 90 |
| Чай | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| **Вторник** | |
| Суп с крупой | 230 |
| Жаркое по домашнему | 200 |
| Салат из свежих овощей | 80 |
| Кисель из плодов шиповника | 200 |
| Яблоко | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| **Среда** | |
| Рассольник | 230 |
| Мясо тушенное (говядина) | 90 |
| Гарнир: капуста тушенная | 130 |
| Кефир | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| **Четверг** | |
| Суп с бобами | 230 |
| Катлеты рыбные | 90 |
| Гарнир: кртофель пюре | 130 |
| Сок мультивитаминный | 200 |
| Банан | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| **Пятница** | |
| Суп-харчо | 130 |
| Котлеты мясные с рисом отварным | 80+130 |
| Салат из свежих овощей | 80 |
| Чай | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Граммы** | |
| **2 неделя** | | |
| **Понедельник** | | |
| Борщ | | 230 |
| Зразы рубленные | | 90 |
| Гарнир: перловка | | 130 |
| Молоко или чай | | 200 |
| Мед пчелинный | | 10 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |
| **Вторник** | | |
| Суп харчо | | 230 |
| Жаркое по-домашнему | | 200 |
| Салат из белокочанной капусты | | 80 |
| Компот из смеси сухофруктов | | 200 |
| Яблоко | | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |
| **Среда** | | |
| Суп лапша домашняя | | 230 |
| Плов (говядина) | | 180 |
| Кефир | | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |
| **Четверг** | | |
| Суп с бобовыми | | 230 |
| Рыбная котлета или жаренная мойва | | 75 |
| Гарнир: картофельное пюре | | 120 |
| Салат из свежих овощей | | 80 |
| Сок натуральный персиковый | | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |
| **Пятница** | | |
| Суп из овощей | | 230 |
| Биточки мясные | | 85 |
| Гарнир: рис припущенный | | 130 |
| Мед пчелинный | | 10 |
| Молоко или чай | | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Граммы** |
| **3 неделя** | |
| **Понедельник** | |
| Суп с вермишелью | 230 |
| Говядина тушенная (поджарка) | 90 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 130 |
| Салат «Витаминный» | 60 |
| Чай | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| **Вторник** | |
| Суп с бобовыми | 230 |
| Куры отварные | 80 |
| Гарнир: макароны отварные | 130 |
| Салат из моркови | 80 |
| Сок мультивитаминный | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| **Среда** | |
| Рассольник | 230 |
| Зразы рубленные | 90 |
| Гарнир: рис припущенный | 130 |
| Кефир, чай | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| **Четверг** | |
| Суп с крупой | 230 |
| Рыбная котлета или жаренная мойва | 75 |
| Гарнир: картофельное пюре | 130 |
| Салат из свежих овощей | 80 |
| Кисель | 200 |
| Банан | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| **Пятница** | |
| Суп лапша домашняя | 100/150 |
| Рагу (говядина) |  |
| Мед пчелинный |  |
| Молоко или чай | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Граммы** | |
| **4 неделя** | | |
| **Понедельник** | | |
| Щи их свежей капусты | | 230 |
| Плов | | 180 |
| Молоко или чай | | 200 |
| Мед пчелинный | | 40 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |
| **Вторник** | | |
| Суп с вермишелью | | 230 |
| Зразы рубленные | | 90 |
| Гарнир: перловка | | 130 |
| Салат витаминный | | 80 |
| Сок натуральный | | 200 |
| Яблоко | | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |
| **Среда** | | |
| Суп с крупой | | 230 |
| Мясо тушенное (говядина) | | 90 |
| Гарнир: капуста тушенная | | 130 |
| Какао или чай | | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |
| **Четверг** | | |
| Зразы с макаронами | | 230 |
| Салат из моркови | | 80 |
| Сок натуральный | | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |
| **Пятница** | | |
| Борщ | | 230 |
| Куры отварные | | 90 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | | 130 |
| Чай | | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 |

**Руководитель Б. Аюпов**