|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | |  |  | | --- | --- | |  | **Утверждаю:**  **Руководитель**  **КГУ «Отдел образования**  **Кызылжарского района»**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Абдрахманов**  **«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г** | |

**Рекомендованное перспективное**

**4-недельное меню блюд (зима-весна) горячего питания 0-4 классов**

**в общеобразовательных школах Кызылжарского района на 2021-2022 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 0-4 кл** | **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 0-4 кл** |
| **I неделя** |  | **II неделя** |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |
| Каша рисовая молочная | 200 | Макароны с сыром | 200 |
| Коржик песочный | 40 | Мед | 20 |
| Чай с лимоном | 200 | Чай с молоком | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ВТОРНИК** |  | **ВТОРНИК** |  |
| Салат из свежих овощей (капуста белокочанная, морковь) | 60 | Салат из белокочанной капусты, заправленный растительным маслом | 60 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | Плов с мясом говядины | 200 |
| Кисель с витамином «С» | 200 | Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **СРЕДА** |  | **СРЕДА** |  |
| Суп лапша домашняя | 200 | Суп из овощей | 200 |
| Булочка с сахаром | 30 | фрукт | 60 |
| Чай с молоком | 200 | Чай с сахаром | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ЧЕТВЕРГ** |  | **ЧЕТВЕРГ** |  |
| Тефтели рыбные | 80 | Биточки рыбные | 80 |
| Гарнир: перловка | 150 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| Компот из сухофруктов | 200 | Кисель с витамином «С» | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ПЯТНИЦА** |  | **ПЯТНИЦА** |  |
| Котлеты мясные | 80 | Рагу овощное с курицей | 200 |
| Гарнир: картофельное пюре | 150 | Чай с лимоном | 200 |
| Сок натуральный | 200 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 0-4 кл** | **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 0-4 кл** |
| **III неделя** |  | **IV неделя** |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |
| Каша молочная | 200 | Каша пшенная молочная | 200 |
| Яйцо отварное | 1 шт. | Коржик песочный | 40 |
| Чай с сахаром | 200 | Чай с лимоном | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ВТОРНИК** |  | **ВТОРНИК** |  |
| Салат из свежих овощей | 9960 | Салат из белокочанной капусты, заправленный растительным маслом | 60 |
| Куры тушённые | 80 | Тефтели мясные | 80 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 150 | Гарнир: перловка | 150 |
| Кисель с витамином «С» | 200 | Кисель с витамином «С» | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **СРЕДА** |  | **СРЕДА** |  |
| Котлеты мясные | 80 | Лапша домашняя | 200 |
| Гарнир: макароны отворные | 150 | Выпечка духовая | 30 |
| Чай с молоком | 200 | Компот из сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ЧЕТВЕРГ** |  | **ЧЕТВЕРГ** |  |
| Рыба припущенная | 80 | Котлеты рыбные | 80 |
| Гарнир: пюре картофельное | 150 | Гарнир: рис припущенный | 150 |
| Компот из сухофруктов | 200 | Чай с молоком | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ПЯТНИЦА** |  | **ПЯТНИЦА** |  |
| Суп картофельный с овощами | 200 | Мясо тушенная с овощами | 80 |
| Сыр твердый | 20 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| Чай с лимоном | 200 | Компот из сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |

**Утверждаю:**

**Руководитель**

**КГУ «Отдел образования**

**Кызылжарского района »**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Абдрахманов**

**«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г**

**Рекомендованное перспективное**

**4-недельное меню блюд (лето-осень) горячего питания для детей из 0-4 классов**

**в общеобразовательных школах Кызылжарского района на 2021- 2022 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 0-4 кл** | **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 0-4 кл** |
| **I неделя** |  | **II неделя** |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |
| Каша рисовая молочная | 200 | Макароны с сыром | 200 |
| Коржик песочный | 40 | Мед | 20 |
| Чай с лимоном | 200 | Чай с молоком | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ВТОРНИК** |  | **ВТОРНИК** |  |
| Салат из свежих огурцов | 60 | Салат из свежих помидоров со сладким перцем | 60 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | Плов с мясом говядины | 200 |
| Кисель с витамином «С» | 200 | Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **СРЕДА** |  | **СРЕДА** |  |
| Суп лапша домашняя | 200 | Суп из овощей | 200 |
| Булочка с сахаром | 30 | фрукт | 60 |
| Чай с молоком | 200 | Чай с сахаром | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ЧЕТВЕРГ** |  | **ЧЕТВЕРГ** |  |
| Тефтели рыбные | 80 | Биточки рыбные | 80 |
| Гарнир: перловка | 150 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| Компот из свежих плодов | 200 | Кисель с витамином «С» | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ПЯТНИЦА** |  | **ПЯТНИЦА** |  |
| Котлеты мясные | 80 | Рагу овощное с курицей | 200 |
| Гарнир: картофельное пюре | 150 | Чай с лимоном | 200 |
| Сок натуральный | 200 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 0-4 кл** | **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 0-4 кл** |
| **III неделя** |  | **IV неделя** |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |
| Каша молочная | 200 | Каша пшенная молочная | 200 |
| Яйцо отварное | 1 шт. | Коржик песочный | 40 |
| Чай с сахаром | 200 | Чай с лимоном | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ВТОРНИК** |  | **ВТОРНИК** |  |
| Салат из свежих овощей | 60 | Салат витаминный | 60 |
| Куры тушённые | 80 | Тефтели мясные | 80 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 150 | Гарнир: перловка | 150 |
| Кисель с витамином «С» | 200 | Компот из свежих плодов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **СРЕДА** |  | **СРЕДА** |  |
| Котлеты мясные | 80 | Лапша домашняя | 200 |
| Гарнир: макароны отворные | 150 | Выпечка духовая | 30 |
| Чай с молоком | 200 | Компот из сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ЧЕТВЕРГ** |  | **ЧЕТВЕРГ** |  |
| Рыба припущенная | 80 | Котлеты рыбные | 80 |
| Гарнир: пюре картофельное | 150 | Гарнир: рис припущенный | 150 |
| Компот из сухофруктов | 200 | Чай с молоком | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ПЯТНИЦА** |  | **ПЯТНИЦА** |  |
| Суп картофельный с овощами | 200 | Мясо тушенная с овощами | 80 |
| Сыр твердый | 20 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| Чай с лимоном | 200 | Компот из сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | |  |  | | --- | --- | |  | **Утверждаю:**  **Руководитель**  **КГУ «Отдел образования**  **Кызылжарского района»**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Абдрахманов**  **«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г** | |

**Рекомендованное перспективное**

**4-недельное меню блюд (зима-весна) горячего питания для детей 5-11 классов**

**в общеобразовательных школах Кызылжарского района на 2021-2022 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 5-11 кл** | **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 5-11 кл** |
| **I неделя** |  | **II неделя** |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |
| Каша рисовая молочная | 200 | Макароны с сыром | 200 |
| Коржик песочный | 40 | Мед | 20 |
| Чай с лимоном | 200 | Чай с молоком | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ВТОРНИК** |  | **ВТОРНИК** |  |
| Салат из свежих овощей (капуста белокочанная, морковь) | 100 | Салат из белокочанной капусты, заправленный растительным маслом | 100 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | Плов с мясом говядины | 200 |
| Кисель с витамином «С» | 200 | Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **СРЕДА** |  | **СРЕДА** |  |
| Суп лапша домашняя | 250 | Суп из овощей | 250 |
| Булочка с сахаром | 30 | фрукт | 100 |
| Чай с молоком | 200 | Чай с сахаром | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ЧЕТВЕРГ** |  | **ЧЕТВЕРГ** |  |
| Тефтели рыбные | 100 | Биточки рыбные | 100 |
| Гарнир: перловка | 150 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| Компот из сухофруктов | 200 | Кисель с витамином «С» | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ПЯТНИЦА** |  | **ПЯТНИЦА** |  |
| Котлеты мясные | 100 | Рагу овощное с курицей | 200 |
| Гарнир: картофельное пюре | 150 | Чай с лимоном | 200 |
| Сок натуральный | 200 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 5-11 кл** | **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 5-11 кл** |
| **III неделя** |  | **IV неделя** |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |
| Каша молочная | 200 | Каша пшенная молочная | 200 |
| Яйцо отварное | 1 шт. | Коржик песочный | 40 |
| Чай с сахаром | 200 | Чай с лимоном | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ВТОРНИК** |  | **ВТОРНИК** |  |
| Салат из свежих овощей | 100 | Салат из белокочанной капусты, заправленный растительным маслом | 100 |
| Куры тушённые | 80 | Тефтели мясные | 100 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 150 | Гарнир: перловка | 150 |
| Кисель с витамином «С» | 200 | Кисель с витамином «С» | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **СРЕДА** |  | **СРЕДА** |  |
| Котлеты мясные | 100 | Лапша домашняя | 250 |
| Гарнир: макароны отворные | 150 | Выпечка духовая | 30 |
| Чай с молоком | 200 | Компот из сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ЧЕТВЕРГ** |  | **ЧЕТВЕРГ** |  |
| Рыба припущенная | 80 | Котлеты рыбные | 100 |
| Гарнир: пюре картофельное | 150 | Гарнир: рис припущенный | 150 |
| Компот из сухофруктов | 200 | Чай с молоком | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ПЯТНИЦА** |  | **ПЯТНИЦА** |  |
| Суп картофельный с овощами | 250 | Мясо тушенная с овощами | 100 |
| Сыр твердый | 20 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| Чай с лимоном | 200 | Компот из сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |

**Утверждаю:**

**Руководитель**

**КГУ «Отдел образования**

**Кызылжарского района»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Абдрахманов**

**«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021 г.**

**Рекомендованное перспективное**

**4-недельное меню блюд (лето-осень) горячего питания для 5-11 классов**

**в общеобразовательных школах Кызылжарского района на 2021-2022 год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 5-11 кл** | **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 5-11 кл** |
| **I неделя** |  | **II неделя** |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |
| Каша рисовая молочная | 200 | Макароны с сыром | 200 |
| Коржик песочный | 40 | Мед | 20 |
| Чай с лимоном | 200 | Чай с молоком | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ВТОРНИК** |  | **ВТОРНИК** |  |
| Салат из свежих огурцов | 100 | Салат из свежих овощей | 100 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | Плов с мясом говядины | 200 |
| Кисель с витамином «С» | 200 | Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **СРЕДА** |  | **СРЕДА** |  |
| Суп лапша домашняя | 250 | Суп из овощей | 250 |
| Булочка с сахаром | 30 | фрукт | 60 |
| Чай с молоком | 200 | Чай с сахаром | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ЧЕТВЕРГ** |  | **ЧЕТВЕРГ** |  |
| Тефтели рыбные | 100 | Биточки рыбные | 100 |
| Гарнир: перловка | 150 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| Компот из свежих плодов | 200 | Кисель с витамином «С» | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ПЯТНИЦА** |  | **ПЯТНИЦА** |  |
| Котлеты мясные | 100 | Рагу овощное с курицей | 200 |
| Гарнир: картофельное пюре | 150 | Чай с лимоном | 200 |
| Сок натуральный | 200 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 5-11 кл** | **Наименование блюд** | **Выход блюд, гр. 5-11 кл** |
| **III неделя** |  | **IV неделя** |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |
| Каша молочная | 200 | Каша пшенная молочная | 200 |
| Яйцо отварное | 1 шт. | Коржик песочный | 40 |
| Чай с сахаром | 200 | Чай с лимоном | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ВТОРНИК** |  | **ВТОРНИК** |  |
| Салат из свежих овощей | 100 | Салат витаминный | 100 |
| Куры тушённые | 100 | Тефтели мясные | 100 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 150 | Гарнир: перловка | 150 |
| Кисель с витамином «С» | 200 | Компот из свежих плодов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **СРЕДА** |  | **СРЕДА** |  |
| Котлеты мясные | 100 | Лапша домашняя | 250 |
| Гарнир: макароны отворные | 150 | Выпечка духовая | 30 |
| Чай с молоком | 200 | Компот из сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ЧЕТВЕРГ** |  | **ЧЕТВЕРГ** |  |
| Рыба припущенная | 100 | Котлеты рыбные | 100 |
| Гарнир: пюре картофельное | 150 | Гарнир: рис припущенный | 150 |
| Компот из сухофруктов | 200 | Чай с молоком | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |
| **ПЯТНИЦА** |  | **ПЯТНИЦА** |  |
| Суп картофельный с овощами | 250 | Мясо тушенная с овощами | 100 |
| Сыр твердый | 20 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| Чай с лимоном | 200 | Компот из сухофруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 |