

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 2020-2021 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	Макаронны 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