



Абдраев А.Б.
М.П. Абдраев А.Б.



Утверждаю
Руководитель КГУ «СОШ им. М.Жумабаева»
Абдраев М.Е.

Перспективное сезонное четырех недельное меню на 2025 год

Осень - зима

1 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		6(7)- 11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Понедельник	Плов	200	220	250
	Салат овощной	60	80	120
	Чай каркаде	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
	Яблоки			
Вторник	Котлета соус	70/20	90/20	100/20
	Макароны отварные	130	150	180
	Салат витаминный	60	80	100
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Среда	Грудка тушеная с овощами	70	90	100
	Гречка рассыпчатая	130	150	180
	Горошек зеленый консервированный	20	20	20
	Какао с молоком	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Четверг	Биточки рыбные в соусе	70/20	90/20	100/20
	Картофельно морковное пюре	130	150	180
	Напиток лимонный	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Пятница	Борщ	200	250	300
	Булочка бутербродная с сыром	50	50	50
	Напиток денсаулык	200	200	200
	хлеб	30	40	50

2 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		6(7)- 11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Понедельник	Поджарка из пшеницы ^{пшеницы}	70	90	100
	Рис рассыпчатый	130	150	180
	Какао с молоком	200	200	200
	Фрукты			
	Хлеб	30	40	50
Вторник	Ленивые голубцы в соусе	200/20	220/20	250/20
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Среда	Жаркое по домашнему	200	220	250
	Салат морковный с сыром	60	80	100
	Чай каркаде	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Четверг	Котлета рыбная соус	70/20	90/20	100/20
	Макаронны отварные	130	150	180
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Пятница	Суп гороховый	200	250	300
	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	80	100
	Булочка с творогом	50	50	50
	Напиток лимонный	200	200	200
	Хлеб	30	40	50

3 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		6(7)- 11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Понедельник	Паста Балоньезе	200	220	250
	Салат из моркови с яблоком	60	80	100
	Напиток денсаулык	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Вторник	Котлета. Соус	70/20	90/20	100/20
	Гречка рассыпчатая	130	150	180
	Компот	200	200	200
	Яблоки			
	Хлеб	30	40	50
Среда	Суп рисовый	200	250	300
	Салат из овощей	60	80	100
	Булочка бутербродная с сыром	50	50	50
	Напиток лимонный	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Четверг	Биточки рыбные	70/20	90/20	100/20
	Картофельно морковное пюре	130	150	180
	Горошек зеленый консервированный	20	20	20
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Пятница	Рагу из птицы	200	250	300
	Какао с молоком	200	200	200
	Хлеб	30	40	50

4 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		6(7)- 11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Понедельник	Плов	200	220	250
	Палочки из моркови и огурца	60	80	100
	Какао с молоком	200	200	200
	Фрукты			
	Хлеб	30	40	50
Вторник	Ленивые голубцы	200	220	250
	Соус	20	20	20
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Среда	Шницель. Соус	70/20	90/20	100/20
	Гречка рассыпчатая	130	150	180
	Горошек зеленый консервированный	20	20	20
	Напиток из шиповника	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Четверг	Рыба тушеная с овощами	70	90	100
	Картофельно морковное пюре	130	150	180
	Напиток денсаулык	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Пятница	Суп вермишелевый	200	250	300
	Салат из овощей	60	80	100
	Булочка с творогом	50	50	50
	Напиток лимонный	200	200	200
	Хлеб	30	40	50