



«СОГЛАСОВАНО»

ИИ «ОСЕЛ»

Сапаргалиқызы Ә.

06 09 2021 год



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

КГУ «Общеобразовательная

школа имени Надежды

Крупской» Жаркаинского района»

Мамгаждарова К.М.

06 09 2021 год

4 неделя

Перспективное меню
на бесплатное питание 2021г

№	Наименование	Выход блюд, гр/мл			Ккал
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
Понедельник / день первый/					
1	Плов	150/50	180/50	200/50	
2	Хлеб	20	35	40	
3	Молоко	200	200	200	
4	Мед	10	10	10	
	Итого				685,5
Вторник/ день второй					
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	250/25	
2	Салат витаминный	60	80	100	
3	Хлеб	20	35	40	
4	Сок	200	200	200	
5	Яблоко	200	200	200	
	Итого				798,8
Среда/ день третий					
1	Макароны отварные с говядиной	180	230	250	
2	Хлеб	20	35	40	
3	Кефир	200	200	200	
	Итого				656,6
Четверг/день четвертый					
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	
2	Салат свекольный	60	80	100	
3	Компот из свежих фруктов	200	200	200	
4	Хлеб	20	35	40	
5	Груша	200	200	200	
	Итого				698,3
Пятница/пятый день					
1	Гречка отварная, мясо птицы	180	230	250	
2	Хлеб	20	35	40	
3	Молоко	200	200	200	
4	Мед	10	10	10	
5	Творог	100	100	100	
	Итого				629,2