



Утверждаю
директор КГУ «Тимирязевская ООШ»
Тембаев /Тембаев Ж.Е

**Меню
(зима-весна)**

I неделя

Наименование блюд		Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Тефтели мясные (говядина)	80	90	100
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
	Мед пчелиный	10	10	10
	Сыр	12	12	12
	Молоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		312,61	346,95	376,40
				345,32
Вторник	Суп из овощей (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Салат морковный	60	80	100
	Кисель	200	200	200
	Яблоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		254,68	266,6	274,92
				267,76
Среда	Рассольник (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Салат из свежих овощей	60	80	100
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		249,1	264,23	282
				265,11
Четверг	Салат из моркови	60	80	100
	Тефтели из минтая	80	90	100
	Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
	Сок натуральный	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		268,32	301,85	333,17
				301,11
Пятница	Котлеты мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
	Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100	130	150
	Молоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		290,12	333,03	367,74
				330,30

3 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Суп из овощей (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Кефир	200	200	200
	Яблоко	100	100	100
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	35
		274,72	282	285,89
				280,87
Вторник	Зразы рубленые	80	90	100
	Гарнир: перловка	100	130	150
	Сок натуральный	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Сыр	12	12	12
		280,03	311,51	341
				310,85
Среда	Минтай припущенный	75/50	75/50	100/50
	Гарнир: пюре картофельное	100	130	150
	Молоко	200	200	200
	Мед (ФВ)	10	10	10
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		282,97 (+18)	292,44 (+18)	364,63 (+18)
				313,35 (+18)
Четверг	Борщ (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Сүзбеше	100	100	100
		222,06 (+195,75)	229,91 (+195,75)	233,36 (+195,75)
				228,44 (+195,75)
Пятница	Суп лапша домашняя (курица)	200/25	230/25	250/25
	Салат морковный	60	80	100
	Компот	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Яблоко	100	100	100
	Сыр	12	12	12
		255,19	267,53	276,01
				266,24

Наименование блюда	Выход блюда, г			
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
Понедельник	Борш (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Мед пчелиный	10		10
	Сыр	12	12	12
	Молоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		265,43	273,28	276,73
				271,81
Вторник	Салат из белокочанной капусты	60	80	100
	Жаркое по-домашнему			
	(говядина)	200	200	200
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
	Молоко (ФВ)	100	100	100
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		298,9 (+54ФВ)	314,77 (+54ФВ)	328,65 (+54ФВ)
				314,10 (+54ФВ)
Среда	Рыба тушеная	75/50	75/50	75/50
	Овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Сузбеш (ФВ)	100	100	100
		291,86 (195,75)	301,1 (195,75)	306,35 (195,75)
				299,77 (+195,75)
Четверг	Суп гороховый (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Салат из свежих овощей	60	80	100
	Сок натуральный	200	200	200
	Молоко	100	100	100
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		258,61	272,06	278,95
				269,87
Пятница	Биточки мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
	Лармир: рис припущенный	100	130	150
	Молоко	100	100	100
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		281,36	319,84	352,22
				317,81

4 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Котлеты мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
	Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100	130	150
	Компот из смеси с/ф	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		253,25	296,16	330,87
				293,42
Вторник	Щи из свежей капусты (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Мед пчелиный	10	10	10
	Сыр	12	12	100
	Молоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		253,71	257,82	259,23
				256,92
Среда	Тефтели мясные (говядина)	80	90	100
	Гарнир: капуста тушенная	100	130	150
	Кисель с витамином С	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		267,68	311,79	345,94
				308,47
Четверг	Котлеты рыбные	80	90	100
	Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
	Салат из свежих овощей	60	80	100
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Яблоко (ФВ)	100	100	100
		266,66 (+55ФВ)	301,1 (+55ФВ)	329,34 (+55ФВ)
				299,03 (+55ФВ)
Пятница	Суп-харчо (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Салат из белокочанной капусты	60	80	100
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		293,46	317,23	338,41
				316,37