

Утверждаю
И.П.Алтаев А.Б
Алтаев А.Б.

Утверждаю
и.о. Директор МДХ «СФШ им. М.Жумабаева»
Арынова Б.Т.



Перспективное меню для питания детей из фонда всеобуч.
Двухнедельное меню блюд на 2023 год
1 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г	
		11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Суп лапша	230гр	250гр.
	Гречка рассыпчатая	130 гр.	150 гр.
	Мясо птицы тушенное с овощами	90 гр.	100 гр.
	Чай	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
	Салат морковный	90 гр.	100 гр.
Вторник	Суп гороховый	230 гр.	250 гр.
	Плов	230 гр.	250 гр.
	Компот	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
	Салат свекольный	90 гр.	100 гр.
Среда	Суп харчо	230 гр.	250 гр.
	Макароны отварные	130 гр.	150 гр.
	Котлета мясная с подливом	90 гр.	100 гр.
	Яблоко		
	Чай	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
Четверг	Рассольник	230 гр.	250 гр.
	Пюре картофельное	130 гр.	150 гр.
	Рыба тащеная с овощами	90 гр.	100 гр.
	Компот	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
	Творог	80 гр.	80 гр.
Пятница	Борщ	230 гр.	250 гр.
	Крупа ячневая	130 гр.	150 гр.
	Гуляш говядина	90 гр.	100 гр.
	Чай	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
	Салат витаминный	90 гр.	100 гр.

2 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г	
		11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Суп вермишелевый	230гр	250гр.
	Гарнир перловка	130 гр.	150 гр.
	Мясо птицы тушенное с овощами	90 гр.	100 гр.
	Чай	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
	Салат витаминный	90 гр.	100 гр.
Вторник	Суп рисовый	230гр	250гр.
	Макаронны отварные	130 гр.	150 гр.
	Биточки мясные с подливом	90 гр.	100 гр.
	Компот	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
	Салат свекольный	90 гр.	100 гр.
Среда	Свекольник	230 гр.	250 гр.
	Жаркое по домашнему	230 гр.	250 гр.
	Чай	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
	Яблоко		
Четверг	Суп гречневый	230гр	250гр.
	Рис припущенный	130 гр.	150 гр.
	Котлета рыбная с подливом	90 гр.	100 гр.
	Сок	200 гр.	200 гр.
	Хлеб	35 гр.	40 гр.
	Творог	80 гр.	80 гр.
Пятница	Суп овощной	230гр	250гр.
	Крупа пшеничная	130 гр.	150 гр.
	Гуляш говядина	90 гр.	100 гр.
	Чай	200 гр.	200 гр.
	хлеб	35 гр.	40 гр.
	Салат витаминный	90 гр.	100 гр.