



Утверждаю
Директор школы

Ерке Л.В

**4-недельное перспективное меню
для организации питания школьников
в общеобразовательных организациях**

(зима-весна)

II неделя

Наименование блюд	ВЫХОД		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 день			
Поджарка из птицы	70	90	100
Рис рассыпчатый	130	150	180
чай с молоком и сахаром	200	200	200
Яблоко фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
2 день			
Ежики из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Макароны отварные	130	150	180
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
3 день			
Жаркое по домашнему из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
4 день			
Фишболы рыбные	70	90	100
Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180
Соус сметанный	20	20	20
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
5 день			
Салат из варенных овощей	60	80	100
Суп гороховый с мясом	200	250	300
булочка с творогом\ватрушка	50	50	50
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



Утверждаю
Директор школы
Ерке Л.В

4-недельное перспективное меню
для организации питания школьников
в общеобразовательных организациях
(зима-весна)

III неделя

Наименование блюд	ВЫХОД		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 день			
Рагу из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
Яблоко фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
2 день			
Ежики из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
3 день			
Куриная грудка с овощами, сыром	70	90	100
Макароны отварные	130	150	180
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
4 день			
Салат из капусты белокочанной и яблок	60	80	100
Уха из горбуши	200	250	300
булочка бутербродная с сыром \бутерброд с сыром	50	50	50
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
5 день			
Плов (говядина\ конина)	200	220	250
чай с молоком и сахаром	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



Утверждаю
Директор школы
Ерке Л.В

**4-недельное перспективное меню
для организации питания школьников
в общеобразовательных организаций
(зима-весна)
IV неделя**

Наименование блюд	выход		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 день			
Плов из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
Яблоко фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
2 день			
Салат из капусты белокочанной и яблок	60	80	100
Митболы из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Картофельное пюре	130	150	180
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
3 день			
филе куриное в сметанном соусе	70	90	100
рис рассыпчатый с овощами	130	150	180
Какао с молоком	200	200	200
Яблоко фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
4 день			
Фишболы рыбные	70	90	100
Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180
Соус сметанный	20	20	20
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
5 день			
Салат из варенных овощей	60	80	100
Суп с макаронными изделиями и мясом	200	250	300
булочка с творогом\ватрушка	50	50	50
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



Утверждаю
Директор школы
Ерке Л.В

**4-недельное перспективное меню
для организации питания школьников
в общеобразовательных организациях
(зима-весна)**

I неделя

Наименование блюд	выход		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 день			
Плов из птицы	200	200	250
Какао с молоком	200	200	200
Яблоко фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
2 день			
Митболы из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
3 день			
Куриная грудка с овощами, сыром	70	90	100
Макароны отварные	130	150	180
чай с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
4 день			
Салат из капусты белокочанной и яблок	60	80	100
Уха из горбуши	200	250	300
булочка бутербродная с сыром \бутерброд с сыром	50	50	50
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
5 день			
бутерброд с сыром	65	65	65
гуляш (говядина\ конина)	70	90	100
Гречка рассыпчатая	130	150	180
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50