

"УТВЕРЖДАЮ"

И.о. директор КГУ "Общеобразовательная средняя школа №1"

Казиева Ж.Х.

от 2019 года

**4-х НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ для организации питания учащихся в
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ НА 2019 ГОД.
(ЗИМА-ВЕСНА)**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД, Г	Ккал
1 НЕДЕЛЯ		
1 ДЕНЬ		
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50/50	140
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	100	104
ФРУКТЫ (ЯБЛОКО)	50	95
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	120
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		486
2 ДЕНЬ		
ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	30/170	330
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬЮ	50	85
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	120
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		562
3 ДЕНЬ		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИЦЫ	30/200	280
ЧАЙ С САХАРОМ	200	61
ПЕЧЕНЬЕ	30	100
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		468
4 ДЕНЬ		
БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	149
КОТЛЕТА РЫБНАЯ С СОУСОМ	50/50	138
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	100	133
КИСЕЛЬ	200	125
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		572
5 ДЕНЬ		
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	250	30
БИГУС (ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ)	30/75/75	300
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	120
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		477
2 НЕДЕЛЯ		

1 ДЕНЬ		
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	50/50	160
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	100	104
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	58
ЧАЙ С САХАРОМ	200	61
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		410
2 ДЕНЬ		
ПОДЖАРКА ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	30/50	250
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	133
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	120
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		530
3 ДЕНЬ		
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	30/200	245
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	120
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		392
4 ДЕНЬ		
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	50/50	138
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	110
КИСЕЛЬ	200	112
ФРУКТЫ (ЯБЛОКО)	50	125
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		512
5 ДЕНЬ		
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	230	340
ПЕЧЕНЬЕ	30	100
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	80
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		547
3 НЕДЕЛЯ		
1 ДЕНЬ		
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50/50	160
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	100	104
ФРУКТЫ (ЯБЛОКО)	50	95
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	120
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		506
2 ДЕНЬ		
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	30/50	250
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	133
ЧАЙ С САХАРОМ	200	104
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		514
3 ДЕНЬ		
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	30/200	330
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	150
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		507

4 ДЕНЬ		
КОТЛЕТА РЫБНАЯ С СОУСОМ	50/50	138
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	100	133
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	80
ВИНЕГРЕТ	50	41
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		419
5 ДЕНЬ		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ГОВЯДИНЫ	30/200	280
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬЮ	30	85
КИСЕЛЬ	200	112
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		504
4 НЕДЕЛЯ		
1 ДЕНЬ		
МЯСО ТУШЕНОЕ С ПОДЛИВОЙ	30/50	250
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	110
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	104
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		491
2 ДЕНЬ		
ПОДЖАРКА ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	30/50	174
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	100	140
БУЛОЧКА С САХАРОМ	50	130
ЧАЙ С САХАРОМ	200	61
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		532
3 ДЕНЬ		
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	50/50	138
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	133
ПЕЧЕНЬЕ	30	110
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	120
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		528
4 ДЕНЬ		
ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	30/200	330
ЧАЙ С САХАРОМ	200	61
ВАФЛИ	30	156
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		574
5 ДЕНЬ		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУР	30/250	260
ПЕЧЕНЬЕ	30	100
ЧАЙ С САХАРОМ	200	61
ХЛЕБ	20	27
ИТОГО		448