

УТВЕРЖДАЮ
ИП «Наурзбаев»



Наурзбаев М.С.

СОГЛАСОВАНО
Директор МШГ №5



Рахимбекова Ж.У.

4-х недельное перспективное меню (Зима-Весна)

1 – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	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			
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

УТВЕРЖДАЮ
ИП «Наурызбаев»



Наурызбаев М.С.

СОГЛАСОВАНО

Директор МШГ №5



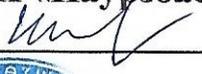
Рахимова Ж.У.

4-х недельное перспективное меню (Зима-Весна)

II неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	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 вареных 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
ИП «Наурызбаев»


Наурызбаев М.С.



4-х недельное перспективное меню (Зима-Весна)

III неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 – день			
Paуу 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
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	50	50
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



4-х недельное перспективное меню (Зима-Весна)

IV неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 – день			
Плов из птицы	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
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
Рим 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 вареных 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