

Согласовано

Утверждаю

Руководитель РСУ "Степногорское
городское управление санитарно-
эпидемиологического контроля"



И.А. Абрамович
"18" 01 2022г.

Руководитель
ГУ "Отдела образования
по городу Степногорск
управления образования
Акмолинской области"



А.Оспанова
"01" 2022г.

Меню (1 неделя) 6-11 лет

время года: осень, зима, весна

	ВЫХОД
понедельник	
каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/10
булочка с сыром	50/15
чай с сахаром	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат из свежих овощей	100
хлеб ржано-пшеничный	40
мед	5гр.
вторник	
запеканка картофельная с мясом, соус молочный	50/150/50
напиток из сухофруктов витаминизированный	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат из свежих овощей	100
мед	5гр.
среда	
бифштекс из говядины со свежей капустой	25/150
пудинг творожный со ступенным молоком	40
кисель плодово-ягодный витаминизированный	200
яблоко свежее	100
хлеб ржано-пшеничный	40
мед	5гр.
четверг	
биточек рыбный, соус красный основной	50/50
пюре картофельное	150
напиток яблочно-шельсиновый	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат витаминный	100
мед	5гр.
пятница	
курица отварная с соусом	50/50
салатки отварные	150
кефир	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат из свежих овощей	100
мед	5гр.

время года: осень, зима, весна
МЕНЮ (1 неделя) для детей 11-18 лет

		выход	
понедельник			
каша молочная рисовая с маслом сливочным		200/10	
булочка с сыром		50/15	
чай с сахаром		200	
хлеб ржано-пшеничный		40	
салат витаминный		100	
мед		5гр	
вторник			
запеканка картофельная с мясом, соус молочный		50/150/50	
напиток из сухофруктов витаминизированный		200	
хлеб ржано-пшеничный		40	
салат витаминный		100	
мед		5гр	
среда			
из говядины со свежей капустой		25/150	
пудинг творожный со густым молоком		40	
хлеб из плодов-ягодный витаминизированный		200	
хлеб ржано-пшеничный		40	
яблоко свежее		100	
мед		5гр	
четверг			
биточек рыбный, соус красный основной		50/50	
шорс картофельное		200	
напиток яблочно-апельсиновый		200	
хлеб ржано-пшеничный		40	
салат витаминный		100	
мед		5гр	
пятница			
плов из курицы		50/50	
снэгеты отварные		200	
кефир		200	
хлеб ржано-пшеничный		40	
салат из свежих овощей		100	
мед		5гр	

смир

время года: осень, зима, весна

МЕНЮ (2 недели) 6-11 лет

		выход
понедельник		
Пишневые		250
каша пшеничная молочная с маслом сливочным		200/10
хачапури с сыром		60
чай с молоком		200
хлеб ржаной пшеничный		40
яблоко свежее		100
суздальце		50
мед		5гр
вторник		
Гороховый суп		250
котлеты запеченная «Школьная» с соусом		50/50
рожки отварные		150
напиток из сухофруктов витаминизированный		200
хлеб ржаной пшеничный		40
салат из свежих овощей		100
мед		5гр
среда		
Рассольник		250
филе рубленое, запеченное, соус красный		50/50
каша гречневая		150
кисель плодово-ягодный витаминизированный		200
фрукты		100
хлеб ржаной пшеничный		40
творог		14
мед		5гр
четверг		
Домашняя лапша из курицы		250
рыба запеченная с соусом		50/50
пюре картофельное		150
чай с сахаром		200
хлеб ржаной пшеничный		40
салат витаминный		100
кефир		200
мед		5гр
пятница		
Борщ из свеклы капусты		250
зразы с рисом, с маслом сливочным		70/20
рагу из овощей		150
чай с лимоном		200
хлеб ржаной пшеничный		40
салат витаминный		100
мед		5гр

ашк

Время года: осень, зима, весна

МЕНЮ (2 недели) для детей 11-18 лет

			выход
понедельник			
Щи пегровские			250
каша пшеница молотная с маслом сливочным			200/10
хачапури с сыром			60
чай с молоком			200
хлеб ржано пшеничный			40
яблоко свежее			100
сузбене			50
мед			5гр
вторник			
Гороховый суп			250
колеты «Школьная» с соусом			50/50
рожки отварные			200
напиток из сухофруктов витаминизированный			200
хлеб ржано пшеничный			40
салат из свежих овощей			100
мед			5гр
среда			
Рассольник			250
филе рубленое запеченное, соус красный			50/50
каша гречневая			150
кисель плодово-ягодный витаминизированный			200
миндари			100
хлеб ржано пшеничный			40
творог			16
мед			5
четверг			
Ланша домашняя из курицы			250
рыба запеченная с соусом			50/50
шоры картофельные			200
чай с сахаром			200
хлеб ржано пшеничный			40
салат витаминный			100
кефир			200
мед			5гр
пятница			
Борщ			250
зразы с рисом, с маслом сливочным			70/10
рагу из овощей			200
чай с лимоном			200
хлеб ржано пшеничный			40
мед			5 гр.

сид

время года : осень, зима, весна

МЕНЮ (3 недели) 6-11 лет

понедельник	выход
ЩИ со свежей капустой	250
книша молочная кукурузная с маслом сливочным	200/10
сыр	3
чай с молоком	200
хлеб ржано-пшеничный	40
яблоко свежее	100
сузбете	50
мед	5 гр.
вторник	
суп с яичными хлопьями с курицей	250
азу по-татарски	50/150
напиток из сухофруктов витаминизированный	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат из свежих овощей	100
кефир	200
мед	5 гр.
среда	
Рассольник	250
шницель рубленый, соус красный	50/50
макарены отварные	150
хлеб ржано-пшеничный	40
яблоко свежее	100
молоко	200
мед	5 гр.
четверг	
Суп рыбный	250
биточек рыбный, соус красный основной	50/50
картофельное пюре	150
чай с лимоном	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат из свежих овощей	100
мед	5 гр.
пятница	
Борщ	250
плов из курицы	50/150
кисель	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат из свежих овощей	100
мед	5 гр.

Смирнов

время года : осень, зима, весна

МЕНЮ (3 недели) для детей 11-18 лет			
понеделник			выход
Щи со свежей кашустой			250
каша молочная кукурузная с маслом сливочным			200/10
сыр			3
чай с молоком			200
хлеб ржано-пшеничный			40
яблоко свежее			100
сузбеше			50
вторник			
Суп с яичными хлопьями с курицей			250
азу по-татарски			50/200
напиток из сухофруктов витаминизированный			200
хлеб ржано-пшеничный			40
салат витаминный			100
кефир			200
среда			
Рассольник			250
панидель рубленый, соус красный			50/50
макаронны отварные			150
пирожок с яйцом, рисом			40
хлеб ржано-пшеничный			40
яблоко			100
молоко			200
четверг			
Суп рыбный			250
биточек рыбный, соус красный основной			50/10
картофельное пюре			200
чай с лимоном			200
хлеб ржано-пшеничный			40
салат из свежих овощей			
пятница			
Борщ			250
плов из мяса курицы			50/50
кисель плодово-ягодный витаминизированный			200
хлеб ржано-пшеничный			40
салат из свежих овощей			100
мед			5

свар

время года : осень, зима, весна

МЕНЮ (4 недели) 6-11 лет

		выход
понедельник		
пти со с ветвей кашустой		250
кваша молочная ячневая с маслом сливочным		200/10
творог		14
чай с молоком		200
хлеб ржано-пшеничный		40
яблоко свежее		100
сузбете		50
мед	5 гр	
вторник		
Лаша домашняя		250
биточки рубленные с соусом		50/50
кваша гречневая		150
кисель плодово-ягодный витаминизированный		200
хлеб ржано-пшеничный		40
салат из свежих овощей		100
сыр		3
мед	5гр.	
среда		
солынка домашняя		250
жаркое домашнее с курицей		50/150
чай с лимоном		200
хлеб ржано-пшеничный		40
яблоко свежее		100
мед	5гр.	
четверг		
Суп грибовый		250
котлета «Окшат», запеченная с сыром, с маслом сливочным		50/10/10
паре картофельное		150
напиток из сушифруктов витаминизированный		200
хлеб ржано-пшеничный		40
салат из свежих овощей		100
мед	5гр	
пятница		
Берц		250
тофтели тушеные в соусе		60/50
макарона отварные		150
чай с сахаром		200
хлеб ржано-пшеничный		40
салат овощной		100
молоко		
мед	5гр	

Ваш

время года : осень, зима, весна

МЕНЮ (4 недели) для детей 11-18 лет

	выход
понедельник	
Щи со свежей капустой	250
каша молочная гречневая с маслом сливочным	200/10
творог	16
чай с молоком	200
хлеб ржано-пшеничный	40
яблоко свежее	100
сузбаше	50
мед	5гр
вторник	
Лапша домашняя	250
биточки рубленые с соусом	50/50
каша гречневая	200
кисель плодово-ягодный витаминизированный	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат овощной	100
сыр	3
мед	5 гр.
среда	
Солянка домашняя	250
жаркое домашнее с курицей	50/150
чай с лимоном	200
хлеб ржано-пшеничный	40
яблоко	100
мед	5
четверг	
Суп гороховый	250
котлета «Оксан», запеченая с сыром, с маслом сливочным	50/10/10
пюре картофельное	200
напиток из сухофруктов витаминизированный	200
хлеб ржано-пшеничный	40
кефир	200
мед	5гр
пятница	
Борщ	250
гёфтели тушеные в соусе	60/50
макаронные отварные	200
чай с сахаром	200
хлеб ржано-пшеничный	40
салат овощной	100
молоко	200
мед	5гр

смир