

**Перспективное меню
 С 02.09 по 30.09.2024 год.**

163 специфика

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник 02.09				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Куры	80	90	100
3	Яблоко	100	100	100
4	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
5	Сладкий чай	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Сузбеше	50	50	50
Вторник 03.09				
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Жаркое по домашнему	150/80	150/80	150/80
5	Кисель	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
Среда 04.09				
1	Суп - харчо	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: макароны	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Мед пчелиный	5	5	5
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
Четверг 05.09				
1	Борщ	200/25	230/25	250/25
2	Салат свекольный с сыром	60	80	100
3	Тефтели	80	90	100
3	Гарнир: гречка	100	130	150
4	Йогурт	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
Пятница 06.09				
1	Рассольник	200/25	230/25	250/25

2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: пшено	100	130	150
4	Компот	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Мандарин	106	106	106
	Понедельник 09.09			
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	250/25
2	Плов (куры)	150	180	200
3	Сладкий чай	200	200	200
4	Сузбеше	50	50	50
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
	Вторник 10.09			
1	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25
2	Салат из белокочанной капусты	60	80	100
3	Котлеты мясные	80	90	100
4	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150
5	Компот из сухофруктов	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоки	100	100	100
	Среда 11.09			
1	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
2	Салат из моркови с яблоками	60	80	100
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: макароны	100	130	150
4	Яблоки	100	100	100
5	Кисель	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
	Четверг 12.09			
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Минтай тушеный	75/50	75/50	75/50
4	Гарнир: рис	100	130	150
5	Йогурт	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Мандарин	106	106	106
	Пятница 13.09			
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: гречка	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Яблоки	100	100	100
	Понедельник 16.09			

1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Куры	80	90	100
3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Сузбеше	50	50	50
7	Яблоки	100	100	100
Вторник 17.09				
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
2	Жаркое по - домашнему	150/80	150/80	150/80
3	Салат из свежих овощей	60	80	100
4	Кисель	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
Среда 18.09				
1	Суп - харчо	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: макароны	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Мед пчелиный	5	5	5
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоки	100	100	100
Четверг 19.09				
1	Борщ	200/25	230/25	250/25
2	Салат свекольный с сыром	60	80	100
3	Тефтели	80	90	100
4	Гарнир: гречка	100	130	150
5	Йогурт	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
Пятница 20.09				
1	Рассольник	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное	80	90	100
3	Гарнир : пшено	100	130	150
4	Компот	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Мандарин	100	100	100
Понедельник 23.09				
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	250/25
2	Плов (куры)	80	90	100
3	Сладкий чай	200	200	200
4	Сузбеше	50	50	50
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
Вторник 24.09				
1	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25

2	Салат из белокочанной капусты	60	80	100
3	Котлеты мясные	75/5	85/5	95/5
4	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150
5	Компот	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
Среда 25.09				
1	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
2	Салат из моркови с яблоками	60	80	100
3	Мясо тушенное	75/50	75/50	75/50
4	Гарнир: макароны отварные	100	130	150
5	Кисель	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
Четверг 26.09				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Минтай тушеный	80	90	100
4	Гарнир: рис	100	130	150
5	Йогурт	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Мандарин	100	100	100
Пятница 27.09				
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: гречка	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Яблоки	100	100	100
Понедельник 30.09				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Куры	80	90	100
3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Сузбеше	50	50	50
7	Яблоки	100	100	100

Медсестра : *Медсестра* Жампейсова А.К.