

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ГУ "Отдел образования
по Зерендинскому району управления
образования Акмолинской области"

Нурова Д.Ш..

26 ноября 2021 года



УТВЕРЖДАЮ

Директор КГУ «Основная средняя школа
станции Чаглинка отдела образования
по Зерендинскому району управления
образования Акмолинской области»

Аукарова Б.С.

26 ноября 2021 года



2 неделя

| Наименование блюда | 7-10 лет | | 11-14 лет | | 15-18 лет | |
|--|----------|-------|-----------|--------|-----------|------|
| | Выход | Ккал | Выход | Ккал | Выход | Ккал |
| 1-й день (понедельник) | | | | | | |
| Перец фаршированный | 200/25 | 98 | 230/25 | 112 | 250/25 | 121 |
| Гарнир: макароны | 100 | 112 | 120 | 135 | 130 | 146 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 200 | 49 | 35 | 85 | 40 | 97 |
| Какао с молоком и сахаром | 20 | 213 | 200 | 213 | 200 | 213 |
| 2-й день (вторник) | | | | | | |
| Суп рисовый с мясом курицы | 200/20 | 110 | 230/20 | 125 | 250/20 | 135 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 49 | 35 | 85 | 40 | 97 |
| Фрукт | 100 | 52 | 100 | 52 | 100 | 52 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 55,6 | 200 | 55,6 | 200 | 55,6 |
| 3-й день (среда) | | | | | | |
| Котлета говяжья духовая с соусом | 70/30 | 181,1 | 80/30 | 200 | 90/30 | 218 |
| Гарнир: картофельное пюре | 100 | 81,7 | 120 | 107 | 130 | 123 |
| Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/3 | 87 | 37771 | 103 | 35/5/3 | 134 |
| Чай черный сладкий | 200 | 13,5 | 200 | 13,5 | 200 | 13,5 |
| 4-й день (четверг) | | | | | | |
| Биточки рыбные с соусом | 70/30 | 96,6 | 80/30 | 106,26 | 100/30 | 107 |
| Гарнир: рис припущенный | 100 | 163,6 | 130 | 197 | 150 | 213 |
| Салат из свежих овощей (капуста, огурцы, помидоры) на растительном масле | 60 | 57 | 70 | 67 | 80 | 76 |
| Чай сладкий с лимоном | 200 | 28 | 200 | 28 | 200 | 28 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 49 | 35 | 85 | 40 | 97 |
| 5-й день (пятница) | | | | | | |
| Борщ на к/б (капуста, свекла, картофель, лук, морковь) | 200 | 114,8 | 230 | 132 | 250 | 144 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 49 | 35 | 85 | 40 | 97 |
| Чай с молоком | 200 | 19 | 200 | 19 | 200 | 19 |
| Творог | 60 | 72 | 60 | 72 | 40 | 72 |
| Пряники | 100 | | 100 | | 100 | |