

«Утверждаю»
И.о. директора школы
Сакенова А.К.
12.03.2025 г.

«Согласовано»
ответственный по питанию
Гуденко Р.Н.
12.03.2025 г.

Сезонное двухнедельное меню
для учащихся 1 – 4 классов (6 – 11 лет)
КГУ «Основной школы села Карасай»
2024-2025 учебный год
весна - лето

1 неделя

	Наименование	Ингредиенты	Выход блюда в граммах
			С 6-11 лет
1 день	Каша молочная ячневая	Молоко, ячка, сахар, масло слив.	200
	Хлеб с маслом	Хлеб	40/5
	Сыр	Сыр	15
	Компот	Сухофрукты, сахар	200
	Мед	Мед	12
	Яблоко	Яблоко	130
2 день	Суп гороховый	К/б, лук, соль, горох,картофель	200
	Овощное рагу	Мясо гов, лук, соль, капуста, картофель, морковь	100
	Салат овощной	Капуста,морковь,лук, масло растит., соль	80
	Творог	Творог	50
	Хлеб	Хлеб	40
	Кисель	Кисель	200
	Яблоко	Яблоко	130
	Мед	Мед	10
3 день	Борщ	К/б, капуста,лук, картофель, масло раст,соль, свекла,морковь	200
	Каша гречневая с мясом	Мясо гов, гречка, масло раст, соль,лук	100
	Салат из свеклы	Свекла, масло растит., соль	80
	Хлеб	Хлеб	40
	Сок	Сок	200
	Мед	Мед	10
	Творог сладкий	Творог сладкий	50
	Яблоко	Яблоко	120
4 день	Суп рыбный	Рыба, картофель , крупа пшен., лук, масло растит, морковь , соль	200
	Картофельное пюре	Картофель, масл слив., соль	100
	Котлета мясная	Фарш гов, лук, масло растит, соль	80
	Салат из моркови	Морковь, масло растит, соль,лук	80
	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом	40/5
	Творог	Творог	50
	Компот	Сухофрукты, сахар	200
	Мед	Мед	10
	Яблоко	Яблоко	100
5 день	Суп лапша	Мясо кур, вермишель, лук, соль	200
	Плов	Мясо гов., рис, морковь, лук, масло растит, соль	150
	Винегрет	Капуста, морковь,лук, масло раст.	80
	Хлеб	Свекла, картофель	40
	Компот	Хлеб	200
	Творог сладкий	Компот	50
	Мед	Творог сладкий	10
	Яблоко	Мед	120

2 неделя

	Наименование	Ингредиенты	Выход блюда в граммах
			С 6-11 лет
1 день	Каша молочная манная	Молоко, манка, соль, масло слив	200
	Хлеб с маслом	Хлеб, масло слив.пром.	40/5
	Сыр	Сыр	15
	Кисель	Кисель	200
	Мед	Мед	10
	Яблоко	Яблоко	130
2 день	Суп перловый	К/б, перловка, лук, масло раст., картофель, морковь, соль	200
	Овощное рагу	Мясо кур, картофель, лук, масло раст, капуста, морковь	100
	Салат из моркови	Морковь, масло раст., соль, лук	80
	Хлеб	Хлеб	40
	Кефир	Кефир	200
	Яблоко	Яблоко	100
	Творог	Творог	50
	Мед	Мед	10
3 день	Борщ	К/б, капуста, лук, масло раст, соль, картофель, свекла, морковь	200
	Макаронны с мясом	Макаронны, мясо кур, лук, масло раст, соль, морковь	100
	Салат овощной	Капуста, морковь, соль, масло раст	80
	Хлеб с маслом	Хлеб, масло сливочное	40/5
	Мед	Мед	10
	Яблоко	Яблоко	120
	Компот	Сухофрукты, вода, сахар	200
	Творог сладкий	Творог сладкий	50
4 день	Суп рисовый	Мясо гов, лук, картофель, соль, рис, морковь	200
	Гарнир гречка	Гречка, соль, масло сливочное	100
	Котлета рыбная	Рыба, лук, масло растит.	60
	Салат из свеклы	Свекла, масло растит., лук, соль	80
	Хлеб	Хлеб	40
	Творог	Творог	50
	Мед	Мед	10
	Компот	Сухофрукты, вода, сахар	200
	Яблоко	Яблоко	100
	5 день	Суп лапша	Мясо кур, макаронны, лук, соль
Плов		Мясо гов, рис, морковь, лук, соль, масло раст	150
Винегрет		Капуста, морковь, масло растит, соль свекла, картофель	80
Хлеб		Хлеб	40
Компот		Сухофрукты, вода, сахар	200
Творог сладкий		Творог сладкий	50
Мед		мед	10
Яблоко		Яблоко	120