

«Утверждаю»

Директор школы:

А.К. Сакенова А.К.

«02 02 2026 г.

«Согласовано»

ответственный по питанию:

Р.Н. Гуденко Р.Н.

«02 02 2026 г.

Сезонное двухнедельное меню

для учащихся 5-9 классов (11 - 18 лет) (Всеобуч)

КГУ «Основной школы села Карасай»

2025 - 2026 учебный год

зима - весна

1 неделя

	Наименование	Ингредиенты	Выход блюда в граммах
			С 11 - 18 лет
1 день	Каша молочная ячневая	Молоко, ячка, сахар, масло слив.	250
	Хлеб с маслом	Хлеб	40/10
	Сыр	Сыр	20
	Сок	Сок	200
	Мед	Мед	12
	Груша	Груша	130
2 день	Митболы из говядины	Мясо говядина, лук, хлеб, яйцо, соль, масло растительное	100
	Картофельное пюре	Картофель, молоко, соль, масло сливочное	130
	Салат из капусты и яблок	Капуста, морковь, яблоко, соль	80
	Творог сладкий	Творог сладкий	50
	Хлеб	Хлеб	40
	Кисель	Кисель	200
	Яблоко	Яблоко	150
	Мед	Мед	5
3 день	Суп гороховый с мясом	Мясо говядина, лук, соль, горох, картофель	250
	Салат из вареных овощей	Свекла, морковь, картофель, масло растит.	100
	Бутерброд с сыром	Хлеб, масло сливочное, сыр	70
	Компот	Сухофрукты, сахар	200
	Мед	Мед	5
	Груша	Груша	150
4 день	Гуляш (говядина)	Мясо говядина, морковь, лук, масло растительное, соль	100
	Гречка рассыпчатая	Гречка, масло сливочное, соль	150
	Салат из свеклы	Свекла, масло растит, соль, лук	100
	Хлеб	Хлеб	40
	Творог сладкий	Творог сладкий	50
	Компот	Сухофрукты, сахар	200
	Мед	Мед	5
	Яблоко	Яблоко	150
5 день	Плов	Мясо кур, рис, морковь, лук, масло растит, соль	250
	Овощная нарезка	Помидоры, огурцы	80
	Бутерброд с сыром	Хлеб, масло сливочное, сыр	70
	Кефир	Кефир	200
	Мед	Мед	5
	Яблоко	Яблоко	150

2 неделя

	Наименование	Ингредиенты	Выход блюда в граммах
			С 11-18 лет
1 день	Каша молочная пшеница	Молоко, пшено, соль, масло сливочное, сахар	250
	Хлеб с маслом	Хлеб, масло сливочное	40/10
	Сыр	Сыр	20
	Сок	Сок	200
	Мед	Мед	5
	Груша	Груша	150
2 день	Жаркое по - домашнему	Курица, лук, масло растительное, картофель, морковь, соль	250
	Салат из моркови	Морковь, масло растительное, соль	80
	Хлеб	Хлеб	40
	Компот	Сухофрукты, сахар	200
	Яблоко	Яблоко	150
	Творог сладкий	Творог сладкий	50
3 день	Мед	Мед	5
	Суп с макаронными изделиями и мясом	Мясо говядина, макароны, морковь, лук, масло растительное, соль	250
	Салат из вареных овощей	Морковь, свекла, картофель, масло растительное	100
	Хлеб с маслом	Хлеб, масло сливочное	40/10
	Мед	Мед	5
	Яблоко	Яблоко	150
4 день	Кисель	Кисель	200
	Сыр	Сыр	2л0
	Фишболы рыбные	Рыба, лук, яйцо, соль, масло растительное	100
	Рис рассыпчатый	Рис, соль, масло сливочное	150
	Салат из капусты и яблок	Капуста, морковь, яблоко, соль	100
	Хлеб	Хлеб	40
5 день	Творог сладкий	Творог сладкий	50
	Мед	Мед	5
	Компот	Сухофрукты, сахар	200
	Груша	Груша	150
	Плов (говядина)	Мясо говядина, рис, морковь, лук, соль, масло растительное	250
	Салат овощной	Капуста, морковь, масло растительное, соль	80
	Бутерброд с сыром	Хлеб, масло сливочное, сыр	70
	Кисель	Кисель	200
	Мед	Мед	5
	Яблоко	Яблоко	150