

СОГЛАСОВАНО

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

Нурова Д.Ш.

28 ноября 2022 года

УТВЕРЖДАЮ

и.о. Директора КГУ «Основная средняя школа
станции Чаглинка отдела образования
по Зерендинскому району управления
образования Акмолинской области»

Кульмаганбетова Г.Н.

28 ноября 2022 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	37/7/1	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	