

Согласовано
 Директор
 КГА «Школа-гимназия №11»
 Кусакиева Б.Б.
 «23» 2023г

Утверждаю
 ИП Шабанова Г.Х.
 Шабанова Г.Х.
 «23» 2023г

1-е недельное меню блюд для организации питания школьников
 в общеобразовательных организациях
 (лето-осень)
 1 неделя

Наименования блюда	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1-й день (понедельник)						
Каша овсяная на молоке	150	164	180	179	200	186
Бутерброд с сыром	20/10	84	20/10	84	20/10	84
Фрукт	100	52	100	52	100	52
Чай черный сладкий	200	13,5	200	13,5	200	13,5

2-й день (вторник)						
Плов из мяса говядины	170	425	200	500	230	575
Чай сладкий с лимоном	200	28	200	28	200	28
Фрукт	100	52	100	52	100	52
Хлеб пшеничный, ржаной	20	49	35	85	40	97

3-й день (среда)						
Суп лапша с мясом курицы	200/20	170	230/20	196	250/20	213
Хлеб пшеничный, ржаной	20	49	35	85	40	97
Сзубеше	60	72	60	72	60	72
Чай черный сладкий	200	13,5	200	13,5	200	13,5

4-й день (четверг)						
Рыба духовая (минтай) с соусом	70/30	63	80/30	71	100/30	86
Гарнир: картофельное пюре	100	81,7	130	107	150	123
Салат осенний (морковь, сыр) на растительном масле	60	60,4	70	71	80	81
Кисель плодово- ягодный	200	93	200	93	200	93
Хлеб пшеничный, ржаной	20	49	35	85	40	97

5-й день (пятница)						
Колбаса говяжья (духовая) с соусом	80/30	141	90/30	158	100/30	174
Гарнир: макарон отварные	100	112	120	135	130	146
Чай с молоком	200	19	200	19	200	19
Хлеб пшеничный, ржаной	20	49	35	85	40	97
Мед	10	33	10	33	10	33