

«Утверждаю»  
 Руководитель  
 ГУ «Отдел образования района Аккулы»  
 управления образования Павлодарской области  
 Е. Еркенов

**Перспективное сезонное (зима - весна) меню блюд для организации  
 питания школьников в общеобразовательных организациях района  
 Аккулы на 2023 год**

163 специфика		I неделя		
		Выход блюда, г		
№ п/п	Наименование блюд	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1-й день</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Куры	80	90	100
3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Сузбеше	50	50	50
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>2-й день</b>				
1	Гороховый суп	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Жаркое по-домашнему	150/80	150/80	150/80
4	Кисель	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>3-й день</b>				
1	Суп-харчо	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: макароны	100	130	150
4	Мед пчелиный	5	5	5
5	Молоко	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>4-й день</b>				
1	Борщ	200/25	230/25	250/25
2	Салат свекольный с сыром	60	80	100
3	Тефтели	80	90	100
4	Гарнир: гречка	100	130	150
5	Йогурт	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>5-й день</b>				

1	Рассольник	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир пшено	100	130	150
4	Компот	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Мандарин	106	106	106

### II неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1-й день</b>				
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	250/25
2	Плов (куры)	80	90	100
3	Сузбеше	50	50	50
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>2-й день</b>				
1	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25
2	Салат из белокочанной капусты	60	80	100
3	Котлеты	75/5	85/5	95/5
4	Гарнир картофельное пюре	100	130	150
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Компот	106	107	108
7	Яблоко	106	106	106
<b>3-й день</b>				
1	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
2	Салат из моркови с яблоками	60	80	100
3	Мясо тушеное	80	90	100
4	Гарнир: макароны	100	130	150
5	Кисель	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>4-й день</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Минтай тушеный	75/50	75/50	75/50
4	Гарнир: рис	100	130	150
5	Йогурт	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Мандарин	106	106	106
<b>5-й день</b>				
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25

2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: гречка	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Яблоко	100	100	100
6	Хлеб пшеничный	20	35	40

### III неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1-й день</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Куры	80	90	100
3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Сузбеше	50	50	50
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>2-й день</b>				
1	Гороховый суп	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Жаркое по-домашнему	150/80	150/80	150/80
4	Кисель	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>3-й день</b>				
1	Суп-харчо	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: макароны	100	130	150
4	Мед пчелиный	5	5	5
5	Молоко	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>4-й день</b>				
1	Борщ	200/25	230/25	250/25
2	Салат свекольный с сыром	60	80	100
3	Тефтели	80	90	100
4	Гарнир: гречка	100	130	150
5	Йогурт	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>5-й день</b>				
1	Рассольник	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир пшено	100	130	150
4	Компот	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40

6	Мандарин	106	106	106
---	----------	-----	-----	-----

**IV неделя**

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1-й день</b>				
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	250/25
2	Плов (куры)	80	90	100
3	Сузбеше	50	50	50
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>2-й день</b>				
1	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25
2	Салат из белокочанной капусты	60	80	100
3	Котлеты	75/5	85/5	95/5
4	Гарнир картофельное пюре	100	130	150
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Компот	106	107	108
7	Яблоко	106	106	106
<b>3-й день</b>				
1	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
2	Салат из моркови с яблоками	60	80	100
3	Мясо тушенное	80	90	100
4	Гарнир: макароны	100	130	150
5	Кисель	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>4-й день</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Минтай тушеный	75/50	75/50	75/50
4	Гарнир: рис	100	130	150
5	Йогурт	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Мандарин	106	106	106
<b>5-й день</b>				
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
3	Гарнир: гречка	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Яблоко	100	100	100
6	Хлеб пшеничный	20	35	40