



I неделя

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
		Ж	Б	У		
1 день						
Сарделька говяжья	60	10,92	6,64	0,78	129	
Макароны отварные со сл. Маслом	100/150	5,6	2,2	14,5	117,5	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		17,3	11,45	56,18	423,9	315тнг
2 день						
Суп гороховый на к/б	200/250	15,3	11,8	30,6	307,3	
Булочка домашняя	50	3,4	3,6	23,5	139,0	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		19,48	18,01	95	623,7	315тнг
3 день						
Плов из говядины	150/200	22,6	12,2	9,6	290,4	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		23,38	14,81	50,5	467,8	315тнг
4 день						
Каша молочная "Дружба" со сл.маслом	200/250	7,7	3,8	16,0	148,6	
Печенье	30	3,5	2,25	22,47	125	
Чай черный с сахаром	200	0	0	14,0	101,2	
Мед	10	0	0,8	80,3	32,8	
Хлеб ржано-пшеничный	30	0,68	2,31	16	76,2	315тнг
итого за день		11,88	9,16	148,77	483,8	
5 день						
Тефтели мясные с соусом	80/100	45,2	3,2	4,9	439	
Картофельное пюре	100/150	3,4	2,4	10,2	80,5	
Чай черный с сахаром	200	0	0	14,0	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		49,28	7,91	45,1	696,9	315тнг
итого за 5 дней		121,3	61,3	395,6	2696,1	
итого средняя за день		24,26	12,27	79,11	539,22	

Зав. Производством: Мегабоева Ш. К.



КГУ "СОШ"



Социальное меню

1 недели

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, гр			Энергет. н-	Стоимость
		Ж	Б	У		
1 день						
Салат из моркови с сахаром	60/100	3,6	0,6	4,5	52,6	
Суп крестьянский на к/б	200/25	5,6	1,6	8	87,7	
Сарделька говяжья	60	10,92	6,64	0,78	129	
Макароны отварные со сл. маслом	100/15	5,6	2,2	14,5	117,5	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		26,5	13,65	68,68	564,2	402тнг
2 день						
Суп гороховый на к/б	200/25	15,3	11,8	30,6	307,3	
Шницель мясной с соусом	80/100	16,1	16,6	18,5	284,8	
Каша пшеничная	100/15	4,3	8,6	46,5	259,2	
Булочка домашняя	50	3,4	3,6	23,5	139,0	
Кисель плодово-ягодный	200	0,1	0,1	18,8	76,4	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		39,88	43,01	153,9	1142,9	402тнг
3 день						
Салат витаминный	60/100	7,8	0,6	3,2	85,9	
Борщ на к/б со сметаной	200/250	8,3	2,2	10,6	126,2	
Плов из говядины	150/20	22,6	12,2	9,6	290,4	
Компот из свежих фруктов	200	0	0,1	2,3	9,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		39,38	17,41	41,7	587,9	402тнг
4 день						
Суп рисовый на к/б	200/25	2,6	1,6	9,4	67,6	
Лагман	150/20	20,7	11,2	12,9	282,5	
Чай с лимоном, сахаром	200	0,1	0,3	15,3	62,7	
Ватрушка с творогом	50	8,3	9	43,8	286	
Мед	10	0	0,8	8,03	32,8	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		32,38	25,21	105,43	807,8	402тнг
5 день						
Салат из капусты с зеленым горошком	60/100	6	1,6	4,6	79,2	
Свекольник на к/б	200/25	5,7	2,6	17,4	131,0	
Тефтели мясные с соусом	80/100	45,2	3,2	4,9	439	
Картофельное пюре	100/15	3,4	2,4	10,2	80,5	
Компот из сухофруктов	200	0	0,6	13,7	57,1	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	402тнг
итого за день		54,98	11,11	62,2	863,0	
итого за 5 дней		193,12	110,39	431,91	3965,8	
итого средняя за день		38,62	22,08	86,38	793,16	

Зав. Производством: Молдабаева И. К.



Утверждаю
КГУ "СОШ" им. К. Бекхожина
г. Павлодар
Руководитель:
Анесова Г.Ж.

2 неделя						
Наименование блюда	Масса порции, гр	Пищевые вещества, гр			Энергетическая ценность	Стоимость
		Ж	Б	У		
1 день						
Пельмени	150/200	9,8	19,7	45	347,2	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Мед	10	0	0,8	8,03	32,8	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		10,58	23,11	93,93	557,4	315тнг
2 день						
Суп "Рассольник" на к/б со сметаной	200/250	0,2	2,3	11,7	58,2	
Булочка "Дорожная"	50	7,2	6,3	20,5	411,7	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		8,18	11,21	133,1	647,3	315тнг
3 день						
Филе куриное с овощами	80/100	8,7	9	2,5	124,1	
Рис отварной	100/150	0,1	1	11,2	50,1	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		9,58	12,61	54,6	351,6	315тнг
4 день						
Каша молочная пшеничная с маслом	200/250	7,0	4,3	19,2	157,5	
Печенье	30	3,5	2,25	22,47	125	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
Мед	10	0	0,8	8,03	32,8	
итого за день		11,28	9,96	90,6	492,7	315тнг
5 день						
Котлета куриная с соусом	80/100	17,8	13,3	15,8	276,3	
Каша гречневая	100/150	0,7	2,1	12,7	66	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		19,28	18,01	69,4	519,7	315тнг
итого за 5 дней		58,9	74,9	411,6	2568,7	
итого средняя за день		11,78	14,98	88,33	513,74	

Зав. Производством: _____



Социальное меню
2 неделя

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, гр			Энергетическая	Стоимость
		Ж	Б	У		
1 день						
Фрукты	200	0,4	0,8	19,8	94	
Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	200/250	4,8	1,9	8,5	84,9	
Пельмени	150/200	9,8	19,7	45	347,2	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Мед	10	0	0,8	8,03	32,8	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		15,78	25,81	122,23	736,3	402тнг
2 день						
Суп "Рассольник" на к/б со сметаной	200/250	0,2	2,3	11,7	58,2	
Котлета говяжья с соусом	80/100	12,8	13,3	14,8	227,9	
Каша пшеничная	100/150	2,4	1,2	6,9	53,9	
Напиток из свежих ягод	200	0	0,2	26,8	108,2	
Булочка "Дорожная"	50	7,2	6,3	80,5	411,7	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		23,28	25,61	156,7	936,1	402тнг
3 день						
Салат из моркови на р/м	60/100	3,6	0,6	4,5	52,6	
Суп "Волна" на к/б	200/250	3,2	2,7	9,4	77,2	
Филе куриное с овощами	80/100	8,7	9	2,5	124,1	
Рис отварной	100/150	0,1	1	11,2	50,1	
Сок фруктовый	200	0,1	0,4	11,6	55,1	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		16,38	16,01	55,2	435,3	402тнг
4 день						
Салат из свеклы на р/м	60/100	3	1	6,3	56,3	
Суп с макаронными изделиями на к/б	200/250	5,7	1,9	11,7	105	
Котлета рыбная с соусом	80/100	9,9	26,9	19,5	274,4	
Картофельное пюре	100/150	3,4	2,4	10,2	80,5	
Кисель плодово-ягодный	200	0,1	0,1	18,8	76,4	
Печенье	30	3,5	2,25	22,47	125	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
Мед	10	0	0,8	8,03	32,8	
итого за день		26,28	37,66	113	826,6	402тнг
5 день						
Суп "Харчо" на к/б	200/250	1,7	1,4	12,9	72,2	
Котлета куриная с соусом	80/100	17,8	13,3	15,8	276,3	
Каша гречневая	100/150	0,7	2,1	12,7	66	
Чай с молоком, сахаром	200	1,3	1,2	17,3	87,4	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	402тнг
итого за день		22,18	20,31	74,7	578,1	
итого за 5 дней		103,9	125,4	521,83	3512,4	
итого средняя за день		20,78	25,08	104,37	702,48	

Зав. Производством: *Меев*