



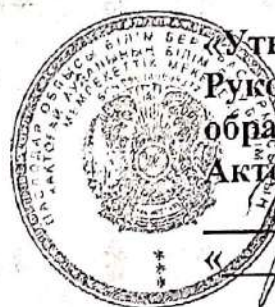
«Утверждаю»
Руководитель отдела
образования
Актойдского района
О.А. Кунакова
« » 2021г

Четырехнедельное меню
Зима-Весна

	1 неделя	Выход блюд		
		6-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Суп лапша домашняя с мясом курицы	200/25	230/25	250/25
	Хлеб с сыром	20/2	35/3	40/3
	сок	200	200	200
	Яблоко/мандарин	200	200	200
вторник	Гуляш из говядины	60	80	100
	Гречневый гарнир	100	130	150
	Хлеб	20	35	40
	Салат овощной	60	80	100
	Компот из сухофруктов	200	200	200
	вафли	50	50	50
среда	Борщ со свежей капусты с мясом говядины со сметаной	200/25	230/25	250/25
	Хлеб	20	35	40
	Кисель	200	200	200
	печенье	50	50	50
четверг	Рыба тушеная в соусе	75	75	100
	Рис отварной	100	130	150
	Салат свекольный с зеленым горошком	60	80	100
	Чай с сахаром	200	200	200
	Хлеб	20	35	40
	мед	5	5	5
пятница	Каша молочная ячневая с маслом	150	180	200
	Хлеб	20	35	40
	Творожок	100	100	100
	Какао	200	200	200
	булочка	50	50	50


 «Утверждаю»
 Руководитель отдела
 образования
 Актогайского района
 О.А. Кунакова
 « * » 2021г

Понедельник	2 неделя	Выход блюд 6-10 лет	Выход блюд 11-14 лет	Выход блюд 15-18 лет
	Суп гороховый с мясом	200/25	230/25	250/25
Понедельник	Хлеб с сыром	20/2	35/3	40/3
	сок	200	200	200
	Яблоко/мандарин	200	200	200
	конфета	25	25	25
	Жаркое по домашнему с курицы	200	200	200
вторник	Хлеб	20	35	40
	Салат свекольный	60	80	100
	Компот из сухофруктов	200	200	200
	вафли	50	50	50
	Суп харчо с мясом говядины	200/25	230/25	250/25
среда	Хлеб	20	35	40
	Кисель	200	200	200
	пряник	50	50	50
	Рыба тушеная с подливом	75	75	100
четверг	Отварные макароны	100	130	150
	Салат морковный с яблоком	60	80	100
	Чай с сахаром	200	200	200
	Хлеб	20	35	40
	мед	5	5	5
	Каша молочная пшеничная с маслом	150	180	200
пятница	Хлеб	20	35	40
	Яйцо отварное	1	1	1
	Кефир с сахаром	150	150	150
	печенье	50	50	50



«Утверждаю»

Руководитель отдела
образования

Актыубинского района

О.А. Кунакова

2021г

Понедельник	3 неделя	Выход блюд 6-10 лет	Выход блюд 11-14 лет	Выход блюд 15-18 лет
	Суп свекольник с мясом курицы	200/25	230/25	250/25
вторник	Хлеб с сыром	20/2	35/3	40/3
	сок	200	200	200
	Яблоко/мандарин	200	200	200
	Плов с мясом	200	230	250
	Хлеб	20	35	40
среда	Салат венегрет	60	80	100
	Компот из сухофруктов	200	200	200
	вафли	50	50	50
	Рассольник с мясом говядины	200/25	230/25	250/25
	Хлеб	20	35	40
четверг	Кисель	200	200	200
	булочка	50	50	50
	Рыба тушеная с овощами	75/100	75/130	100/150
	Салат овощной	60	80	100
	Чай с сахаром	200	200	200
пятница	Хлеб	20	35	40
	мед	5	5	5
	Каша молочная манная с маслом	150	180	200
	Хлеб	20	35	40
	творожок	100	100	100
	Какао	150	150	150
	пряник	50	50	50



«Утверждаю»

Руководитель отдела
образования

Актогайского района

О.А. Кунакова

2021г

Понедельник	4 неделя		Выход блюд 6-10 лет	Выход блюд 11-14 лет	Выход блюд 15-18 лет
	Суп с крупой с мясом		200/25	230/25	250/25
	Хлеб с сыром		20/2	35/3	40/3
	Чай с молоком с сахаром		200	200	200
	Яблоко/мандарин		200	200	200
	конфета		25	25	25
вторник	Курица тушеная с отварными макаронами		200	230	250
	Хлеб		20	35	40
	Салат из моркови		60	80	100
	Компот из сухофруктов		200	200	200
	вафли		50	50	50
среда	Суп гороховый с мясом		200/25	230/25	250/25
	Хлеб		20	35	40
	Кисель		200	200	200
	пряник		50	50	50
четверг	Рыба тушеная в соусе		75	75	100
	Запеченный/отварной картофель		100	130	150
	Салат свекольный с зеленым горошком		60	80	100
	Чай с сахаром		200	200	200
	Хлеб		20	35	40
	мед		5	5	5
пятница	Каша пшеничная манная с маслом	150	180	200	
	Хлеб	20	35	40	
	Яйцо отварное	1	1	1	
	Молоко	150	150	150	
	булочка	50	50	50	