

«Утверждаю»  
Руководитель  
ГУ «Отдел образования  
Щербактинского района»  
управление образования  
Павлодарской области  
М. Итемгенов



Единое перспективное сезонное (лето-осень)  
двухнедельное меню на 2023-2024 учебный год  
(с 1-4 кл)

1 день 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	Возраст от 6-11 лет	Возраст от 11-18 лет
1	Суп вермишелевый на костном бульоне	200-250	250-300
2	Хлеб пшеничный	20	30
3	Хлеб ржаной	20	30
4	Чай с сахаром	200	200
итого		440-490	510-560

2 день 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	Возраст от 6-11 лет	Возраст от 11-18 лет
1	Каша рассыпчатая гречневая	100-150	150-180
2	Котлета мясная (мясной фарш)	80-150	100-180
3	Салат свеколка	60-100	100-150
4	Подлив	50	50
5	Хлеб пшеничный	20	30
6	Хлеб ржаной	20	30
7	Сок натуральный	200	200
итого		530-690	660-820

### 3 день 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	Возраст от 6-11 лет	Возраст от 11-18 лет
1	Жаркое по-домашнему (мясо птицы)	150-200	200-250
2	Салат витаминный (овоци, огурцы, помидоры, капуста, морковь, свекла)	60-100	100-150
3	Хлеб пшеничный	20	30
4	Хлеб ржаной	20	30
5	Кисель фруктово-ягодный	200	200
<b>Итого</b>		450-540	560-660

### 4 день 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	Возраст от 6-11 лет	Возраст от 11-18 лет
1	Рыбный суп (из рыбных консерв)	200-250	250-300
2	Салат из моркови с растительным маслом	60-100	100-150
3	Хлеб пшеничный	20	30
4	Хлеб ржаной	20	30
5	Чай с сахаром	200	200
<b>Итого</b>		500-590	610-710

### 5 день 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	Возраст от 6-11 лет	Возраст от 11-18 лет
1	Макаронные изделия отварные с маслом	100-150	150-180
	Биточки (мясной фарш)	80-150	100-180
	Салат из капусты с морковью	60-100	100-150
2	Хлеб пшеничный	20	30
3	Хлеб ржаной	20	30
4	Компот из сухофруктов	200	200
<b>Итого</b>		480-640	610-770



**1 день 2 неделя**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Возраст от 6-11 лет</b>	<b>Возраст от 11- 18 лет</b>
1	Суп крестьянский (на костном говяжьем бульоне)	200-250	250-300
2	Хлеб пшеничный	20	30
3	Хлеб ржаной	20	30
4	Чай с сахаром	200	200
<b>итого</b>		<b>440-490</b>	<b>510-560</b>

**2 день 2 неделя**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Возраст от 6-11 лет</b>	<b>Возраст от 11-18 лет</b>
1	Плов из отварной говядины	150-200	200-250
	Салат витаминный (капуста, морковь, свекла)	60-100	100-150
2	Хлеб пшеничный	20	30
3	Хлеб ржаной	20	30
4	Компот из сухофруктов	200	200
<b>итого</b>		<b>450-540</b>	<b>560-660</b>

**3 день 2 неделя**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Возраст от 6-11 лет</b>	<b>Возраст от 11-18 лет</b>
1	Каша молочная пшённое	200-250	250-300
4	Хлеб пшеничный	20	30
5	Хлеб ржаной	20	30
6	Сок фруктовый	200	200
<b>итого</b>		<b>440-490</b>	<b>510-560</b>

**4 день 2 неделя**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Возраст от 6-11 лет</b>	<b>Возраст от 11-18 лет</b>
1	Рыбный суп (из рыбных консервов)	200-250	250-300
2	Салат из свежих овощей (капуста, морковь, свекла)	60-100	100-150
3	Хлеб пшеничный	20	30
4	Хлеб ржаной	20	30
5	Чай с сахаром	200	200
<b>Итого</b>		<b>500-590</b>	<b>610-710</b>

**5 день 2 неделя**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Возраст от 6-11 лет</b>	<b>Возраст от 11-18 лет</b>
1	Макаронные изделия отварные с маслом	100-150	150-180
	Тефтели (мясной фарш)	80-150	100-180
3	Салат свеколка	60-100	100-150
4	Подлив	50	50
5	Хлеб пшеничный	20	30
6	Хлеб ржаной	20	30
7	Кисель фруктово-ягодный	200	200
<b>Итого</b>		<b>530-690</b>	<b>660-820</b>