**Утверждаю:**

 и. о директора школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Каламина Ю.А.

**2-недельное меню**

КГУ «ОСШ с Тастыозек»

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** |
| **7-10 лет** | **11-15 лет** | **16-18 лет**  |
| **I неделя** |
| 1 день |
| Каша молочная пшенная со сливочным маслом  | 150 | 200 | 200 |
|
|
|
|
| Бутерброд с маслом и сыром  | 35 | 50 | 55 |
|
|
| мед  | 5 | 5 | 5 |
| чай с молоком и сахаром  | 200/20/5 | 200/20/5 | 200/20/5 |
|
|
| Яблоко  | 100 | 100 | 100 |
|   |   |   |   |
| 2 день |
| салат изсвеклы с изюмом  | 60 | 100 | 100 |
|
|
| Жаркое из птицы  | 200 | 200 | 200 |
|
|
|
|
|
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 200 | 200 |
|
|
| хлеб ржаной\пшеничный | 20 | 35 | 40 |
|   |   |   |   |
| 3 день |
| гуляш (говядина) | 80 | 100 | 100 |
|
|
|
|
|
|
| гарнир: гречневая рассыпчатая | 100 | 150 | 150 |
|
|
| сузбеше\творог  | 50 | 50 | 50 |
| Чай | 200 | 200 | 200 |
| хлеб ржаной\пшеничный | 20 | 35 | 40 |
|   |   |   |   |
| 4 день |
| салат из белокочанной капусты, моркови  | 60 | 100 | 100 |
|
|
|
|
|
| уха из горбуши | 200/25 | 250/25 | 250/25 |
|
|
|
|
| чай с лимоном и сахаром  | 200 | 200 | 200 |
|
| хлеб ржаной\пшеничный | 20 | 35 | 40 |
|   |   |   |   |
| 5 день |
| котлеты мясные(духовые)\соус красный основной  | 80\20 | 100\20 | 100\20 |
|
|
|
|
|
|
|
| гарнир: рис отварной  | 100 | 150 | 150 |
|
| ватрушка с творогом  | 60 | 60 | 60 |
|
|
|
|
|
|
|
|
|
| компот из смеси сухофруктов  | 200 | 200 | 200 |
|
|
| хлеб ржаной\пшеничный | 20 | 35 | 40 |
|   |   |   |   |
|   |   |   |   |
| II неделя |
|   |   |   |   |
| 1 день |
| Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом  | 150 | 200 | 200 |
|
|
|
|
|
| Бутерброд с маслом и сыром  | 35 | 50 | 55 |
|
|
| чай с сахаром  | 200\5 | 200\5 | 200\5 |
|
| Яблоко  | 100 | 100 | 100 |
|   |   |   |   |
|   |   |   |   |
| салат из моркови с сыром  | 60 | 100 | 100 |
|
|
| жаркое по-домашнему | 200 | 200 | 200 |
|
|
|
|
|
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 200 | 200 |
|
|
| хлеб ржаной\пшеничный | 20 | 35 | 40 |
|   |   |   |   |
|  |
| тефтели мясные (духовые)\ соус красный основной  | 80\20 | 100\20 | 100\20 |
|
|
|
|
|
|
| гарнир: макароны\отварные с маслом сливочным | 100 | 150 | 150 |
|
|
| ватрушка с творогом  | 60 | 60 | 60 |
|
|
|
|
|
|
|
|
|
| компот из смеси сухофруктов  | 200 | 200 | 200 |
|
|
| хлеб ржаной\пшеничный | 20 | 35 | 40 |
|   |   |   |   |
|  |
| салат из белокочанной капусты и моркови  | 60 | 80 | 100 |
|
|
|
| уха из горбуши | 200/25 | 250/25 | 250/25 |
|
|
|
|
| чай с лимоном и сахаром  | 200/20/5 | 200/20/5 | 200/20/5 |
|
|
| хлеб ржаной\пшеничный | 20 | 35 | 40 |
| Мед  | 5 | 5 | 5 |
|   |   |   |   |
|  |
| гуляш (говядина) | 80 | 100 | 100 |
|
|
|
|
|
|
| гарнир: гречневая рассыпчатая | 100 | 150 | 150 |
|
|
| сузбеше\творог  | 50 | 50 | 50 |
| сок  | 200 | 200 | 200 |
| хлеб ржаной\пшеничный | 20 | 35 | 40 |
|   |   |   |   |