



Перспективное меню на горячее питание учащихся школ города Аркалыка на 2022 год
 Лето-осень, 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюд, гр.		
		6(7)-11 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Понедельник			
1	Куры отварные	80	90	100
2	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
4	Сок мультивитаминный	200	200	200
5	Яблоко	200	200	200
	Вторник			
1	Борщ из мяса говядины	200/25	230/25	250/25
2	Сулбеше	100	100	100
3	Кефир	200	200	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
5	Мед пчелиный	10	10	10
	Среда			
1	Зразы рубленые	80	90	100
2	Гарнир: перловка	100	130	150
3	Кисель с витамином С	200	200	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
5	Груша	200	200	200
	Четверг			
1	Котлеты рыбные	80	90	100
2	Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
3	Салат из свежих помидоров	60	80	100
4	Компот из свежих плодов	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Пятница			
1	Мясо тушенное (говядина)	80	90	100
2	Капуста тушеная	100	130	150
3	Молоко	200	200	200
4	Сулбеше	100	100	100
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40


 Утверждаю
 Руководитель ГУ "Отдел образования
 города Аркалыка" управления
 образования акимата
 Костанайской области
 Мамытбеков Е.Ж.

Перспективное меню на горячее питание учащихся школ города Аркалыка на 2022 год
Зима-весна, 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюд, гр.		
		6(7)-11 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник				
1	Гуляш говяжий	60	80	100
2	Гречка с маслом рассыпчатая	100	130	150
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
4	Сузбеше	100	100	100
5	Кефир	200	200	200
Вторник				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Салат из моркови	60	80	100
3	Компот из сухофруктов	200	200	200
4	Яблоко	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда				
1	Плов (говядина)	150/50	180/50	200/50
2	Сузбеше	100	100	100
3	Молоко	200	200	200
4	Мед пчелиный	10	10	10
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Четверг				
1	Салат из белокачанной капусты	60	80	100
2	Котлеты рыбные	80	90	100
3	Картофельное пюре	100	130	150
4	Сок мультивитаминный	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница				
1	Куры отварные	80	90	100
2	Макаронны отварные	100	130	150
3	Кисель из плодов шиповника	200	200	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
5	Груша	200	200	200

Утверждаю
 Руководитель ГУ "Отдел образования
 города Аркалыка" управления
 образования акимата
 Костанайской области
 Маметеков Е.Ж.

Перспективное меню на горячее питание учащихся школ города Аркалыка на 2022 год
 Зима-весна, 2 недели

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюд, гр.		
		6(7)-11 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник				
1	Рагу (говядина)	140/60	140/60	140/60
2	Мед пчелиный	10	10	10
3	Молоко	200	200	200
4	Сулбеше	100	100	100
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Вторник				
1	Суп гороховый с мясом говядины	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Компот из с/ф	200	200	200
4	Яблоко	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Среда				
1	Кури отварные	80	90	100
2	Гречка рассыпчатая	190	130	150
3	Кисель с витамином С	200	200	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
5	Банан	200	200	200
Четверг				
1	Салат из моркови	60	80	100
2	Минтай припущенный	75/50	75/50	100/50
3	Картофельное пюре	100	130	150
4	Сок натуральный	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница				
1	Зразы рубленные	80	90	100
2	Рис припущенный	100	130	150
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
4	Сулбеше	100	100	100
5	Кефир	200	200	200



Перспективное меню на горячее питание учащихся школ города Аркалыка на 2022 год
Лето-осень, 2 недели

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюд, гр.		
		6(7)-11 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник				
1	Биточки мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
2	Гарнир: рис припущенный	100	130	150
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
4	Компот из сухофруктов	200	200	200
5	Банан	200	200	200
Вторник				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Сузбеше	100	100	100
3	Молоко	200	200	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
5	Мед	10	10	10
Среда				
1	Гуляш	60	80	100
2	Гарнир: перловка	100	130	150
3	Сок мультивитаминный	200	200	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
5	Груша	200	200	200
Четверг				
1	Салат из свежих овощей	60	80	100
2	Минтай припущенный	80	90	100
3	Картофельное пюре	100	130	150
4	Кисель из плодов шиповника	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пятница				
1	Куры отварные	80	90	100
2	Макаронь отварные	100	130	150
3	Кефир	200	200	200
4	Сузбеше	100	100	100
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40