

Утверждаю

И.о. директора КГУ «Убаганская
Общеобразовательная школа»

А.М. Мадьярова

Согласовано

Председатель
Попечительского совета

А.А. Мадьярова

Перспективное школьное меню

2025-2026 учебный год

Лето-осень

Наименование блюд	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 неделя			
1-й день			
Птица с овощами	70	90	100
Рис «Коктем»	130	150	180
Какао с молоком	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
2-й день			
Ленивые голубцы с говядиной	200	220	250
Соус сметанный	20	20	20
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
3-й день			
Салат с морковью с сыром	60	80	100
Жаркое по домашнему из птицы	200	220	250
Чай каркаде	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
4- день			
Фишбол	70	90	100
Соус молочно-томатный	20	20	20
Макароны отварные	130	150	180
Подгарнировка	20	25	30
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
5-й день			
Салат из белокачанной капусты и яблок	70	90	100
Суп гороховый с мясом	200	250	300
Булочка с творогом	50	50	50
Напиток лимонный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50

2 неделя			
1-й день			
Нарезка из помидоров, огурцов и сыра	60	80	100
Плов из птицы	200	220	250
Чай каркаде	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
2-й день			
Салат витаминный	70	90	100
Митбол	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Макароны отварные	130	150	180
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
3-й день			
Куриная грудка с овощами	70	90	100
Гречка рассыпчатая	130	150	180
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
4-й день			
Биточки рыбные	70	90	100
Соус молочно-томатный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Под гарнировка	20	25	30
Напиток лимонный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
5-й день			
Борщ с мясом	200	250	300
Булочка бутербродная с сыром	50	50	50
Напиток Денсаулық	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50

3 неделя			
1-й день			
Палочки из моркови и огурца	60	80	100
Плов из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
2-й день			
Ленивые голубцы с говядиной	200	220	250
Соус сметанный	20	20	20
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
3-й день			
Котлета из птицы	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Гречка рассыпчатая	130	150	180
Подгарнировка	20	25	30
Напиток из шиповника	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
4-й день			
Рыба тушенная с овощами в сметанном соусе	70	90	100
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
5-й день			
Салат из варенных овощей	60	80	100
Суп с макаронными изделиями и мясом	200	250	300
Булочка с творогом	50	50	50
Напиток лимонный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50

4 неделя			
1-й день			
Салат из варенных овощей	60	80	100
Паста Болоньезе из птицы	200	220	250
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
2-й день			
Салат морковь с яблоками	60	80	100
Митболы говяжьи	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180
Яблоки	120	120	120
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
3-й день			
Салат из варенных овощей	60	80	100
Суп рисовый с мясом	200	250	300
Булочка бутербродная с сыром	50	50	50
Напиток лимонный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
4-й день			
Фишболы	70	90	100
Соус молочно-томатный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Подгарнировка	20	25	30
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50
5-й день			
Рагу из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	30	50	50