

Утверждаю

Директор КГУ «Убаганская общеобразовательная школа

Мадьярова А.М.

Согласовано

Председатель Попечительского совета
Мадьярова А.А.

**Перспективное меню
2025-2026 Учебный год
Зима-весна**

Наименование блюд	Выход блюда, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 неделя			
1-й день			
Салат из капусты белокачанной и яблок	70	90	100
Паста Болоньезе из птицы	200	220	250
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50
2-й день			
Митболы	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	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	30	50	50
4-й день			
Биточки рыбные	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	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	30	50	50

2 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	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	30	50	50

3-й день

Салат морковь 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	30	50	50

4-й день

Фишболы	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	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	30	50	50

3 неделя			
1-й день			
Салат морковь с сыром	60	80	100
Плов из птицы	200	220	250
Чай каркаде	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50
2-день			
Салат витаминный	70	90	100
Митбол	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Макароны отварные	130	150	180
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50
3-й день			
Куриная грудка с овощами	70	90	100
Гречка рассыпчатая	130	150	180
Какао с молоком	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-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	30	50	50
5-й день			
Борщ с мясом	200	250	300
Булочка бутербродная с сыром	50	50	50
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50

4 неделя**1-й день**

Салат из белокачанной капусты и яблок	70	90	100
Плов из птицы	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
Яблоки	120	120	120
Хлеб ржано-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	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
Хлеб ржано-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	30	50	50

5-й день

Салат овощной	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	30	50	50