

Утверждаю
И.П.Алтаев А.Б.
Алтаев А.Б.

Утверждаю
Руководитель КГУ Константиновская СОШ
Касымова А.Т.

Перспективное сезонное четырех недельное меню на 2026 год

Осень - зима

1 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		6(7)- 11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Понедельник	Плов	200	220	250
	Салат овощной	60	80	120
	Чай каркаде	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
	Яблоки			
Вторник	Котлета соус	70/20	90/20	100/20
	Макаронь отварные	130	150	180
	Салат витаминный	60	80	100
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Среда	Грудка тушенная с овощами	70	90	100
	Гречка рассыпчатая	130	150	180
	Горошек зеленый консервированный	20	20	20
	Какао с молоком	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Четверг	Биточки рыбные в соусе	70/20	90/20	100/20
	Картофельно морковное пюре	130	150	180
	Напиток лимонный	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Пятница	Борщ	200	250	300
	Булочка бутербродная с сыром	50	50	50
	Напиток денсаулык	200	200	200
	хлеб	30	40	50

2 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		6(7)- 11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Понедельник	Поджарка из птицы	70	90	100
	Рис рассыпчатый	130	150	180
	Какао с молоком	200	200	200
	Фрукты			
	Хлеб	30	40	50
Вторник	Ленивые голубцы в соусе	200/20	220/20	250/20
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Среда	Жаркое по домашнему	200	220	250
	Салат морковный с сыром	60	80	100
	Чай каркаде	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Четверг	Котлета рыбная соус	70/20	90/20	100/20
	Макароны отварные	130	150	180
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Пятница	Суп гороховый	200	250	300
	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	80	100
	Булочка с творогом	50	50	50
	Напиток лимонный	200	200	200
	Хлеб	30	40	50

3 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		6(7)- 11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Понедельник	Паста Балоньезе	200	220	250
	Салат из моркови с яблоком	60	80	100
	Напиток денсаулык	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Вторник	Котлета. Соус	70/20	90/20	100/20
	Гречка рассыпчатая	130	150	180
	Компот	200	200	200
	Яблоки			
	Хлеб	30	40	50
Среда	Суп рисовый	200	250	300
	Салат из овощей	60	80	100
	Булочка бутербродная с сыром	50	50	50
	Напиток лимонный	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Четверг	Биточки рыбные	70/20	90/20	100/20
	Картофельно морковное пюре	130	150	180
	Горошек зеленый консервированный	20	20	20
	Компот	200	200	200
	Хлеб	30	40	50
Пятница	Рагу из птицы	200	250	300
	Какао с молоком	200	200	200
	Хлеб	30	40	50