

Утверждаю

Директор

ИП Калимбетов Д.Ж.

Калимбетов Д.Ж.

« ___ » _____ 2022 год



Утверждаю

Директор КГУ

«Школа-лицей №66»

Нурмуханов Б.Н.

« ___ » _____ 2022 год



ПЕРСПЕКТИВНОЕ

двухнедельное меню для организации питания детей из малообеспеченных семей в летнее время в пришкольных лагерях на

2022 год

1 неделя

1 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	150/5	200/5
Чай с сахаром	200	200
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	20/5	20/5
Обед		
Салат витаминный	50	70
Плов с мясом курицы	150	200
Компот из сухофруктов с витамином С	200/0,07	200/0,07
Хлеб пшеничный	20	20

1 неделя

2 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	150/5	200/5
Чай с сахаром	200	200
Булочка	50	50
Обед		
Салат из моркови на растительном масле	50	70
Тефтели мясные (курица, говядина) с картофельным пюре	60/100	70/150
Кисель фруктовый с витамином С	200/0,07	200/0,07
Хлеб пшеничный	20	20

1 неделя

3 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная манная	150	200
Какао	200	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	20/5
Обед		
Салат свекольный на растительном масле	50	70
Котлеты в соусе с гречкой	60/30/100	70/30/150
Сок натуральный	200	200
Хлеб пшеничный	20	20

1 неделя

4 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная ячневая	150	200
Чай с лимоном	200	200
Булочки с повидлом	50	50
Обед		
Салат из свежей капусты, моркови на растительном масле	50	70
Куры (тушенные) с рисом	50/100	70/150
Кисель фруктовый с витамином С	200/0,07	200/0,07
Хлеб пшеничный	20	20

1 неделя

5 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	150/5	200/5
Чай с молоком	200	200
Хлеб с маслом сливочным	20/5	20/5
Обед		
Биточки (из говядины и курицы) с макаронами	60/100	70/150
Компот из сухофруктов с витамином С	200/0,07	200/0,07
Хлеб пшеничный	20	20
Фрукты	60	100

2 неделя

1 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная манная с маслом сливочным	150/5	200/5
Какао с молоком	200	200
Хлеб пшеничный с сыром и маслом сливочным	20/10/5	20/10/5
Обед		
Салат из моркови на растительном масле	50	70
Тефтели мясные (курица говядина) с гречкой	60/100	70/150
Кисель фруктовый с витамином С	200/0,07	200/0,07
Хлеб пшеничный	20	20

2 неделя

2 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная ячневая с маслом сливочным	150/5	200/5
Чай с сахаром	200	200
Булочка сладкая	50	50
Обед		
Салат из моркови с яблоком	50	70
Поджарка с рисом	100/60	150/70
Компот из сухофруктов с витамином С	200/0,07	200/0,07
Хлеб пшеничный	20	20

2 неделя

3 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	150/5	200/5
Чай с лимоном	200	200
Хлеб пшеничный с маслом сливочным, сыром	20/5/10	20/5/10
Обед		
Салат свекольный на растительном масле	50	70
Биточки (из говядины и курицы) с гречкой	60/100	70/150
Сок	200	200
Хлеб пшеничный	20	20

2 неделя

4 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	150/5	200/5
Чай с молоком	200	200
Булочка с повидлом	50	50
Обед		
Салат из моркови с яблоком	50	70
Котлета (говядина) с картофельным пюре	60/100	70/150
Компот из сухофруктов с витамином С	200/0,07	200/0,07
Хлеб пшеничный	20	20

2 неделя

5 день

Наименование блюд	Выход блюд (в граммах)	
	7 – 11 лет	12 – 18 лет
Завтрак		
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	150/5	200/5
Какао с молоком	200	200
Хлеб пшеничный с маслом сливочным, сыром	20/5/10	20/5/10
Обед		
Плов с мясом курицы	150	200
Кисель фруктовый с витамином С	200/0,07	200/0,07
Хлеб пшеничный	20	20
Фрукты	60	100