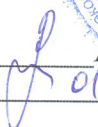
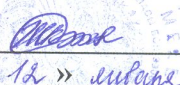


Согласовано
Руководитель
Лисаковского городского управления
по защите прав потребителей
Департамента по Костанайской области
Комитета по защите прав потребителей
Министерства национальной экономики
Республики Казахстан

« 13 »  01
А.В. Горбунко
2016г.

Утверждаю
Директор КГУ
«Средняя школа № 3» отдела
образования акимата города
Лисаковска



« 12 » 
С.К. Шалдыбаева
2016г.

**Утвержденное и согласованное двухнедельное перспективное меню
для учащихся КГУ «Средняя школа № 3»
отдела образования акимата города Лисаковска
(горячее питание)
на 2016 год**

1 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход (гр)
1. Плов с мясом	300/400
2. Винегрет	70/150
3. Кисель	200
4. Хлеб пшеничный	50
ВТОРНИК	Выход (гр)
1. Каша молочная со сливочным маслом	300/400
2. Чай с сахаром	200
3. Ватрушка с творогом	75
4. Яблоко	1 штука
5. Хлеб пшеничный	50
СРЕДА	Выход (гр)
1. Борщ из свежей капусты с мясом	300/450
2. Салат из свежих огурцов с растительным маслом	70/150
3. Компот из с/х	200
4. Хлеб пшеничный	50
ЧЕТВЕРГ	Выход (гр)
1. Пюре картофельное	150/250
2. Рыба тушеная с овощами	100/120
3. Сок фруктовый	200
4. Хлеб пшеничный	50
5. Мандарин	1 штука
ПЯТНИЦА	Выход (гр)
1. Макароны отварные	150/250
2. Гуляш из говядины	100/120
3. Салат из свежей капусты	70/150
4. Кисель	200

5. Хлеб пшеничный	50
СУББОТА	Выход (гр)
1.Запеканка картофельная с мясом	300/400
2.Салат из свеклы	70/150
3.Пирожок с картошкой	75
4.Хлеб пшеничный	50
5.Компот из с/х	200

2 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход (гр)
1.Мясная котлета	100/120
2.Каша гречневая	150/250
3.Салат из моркови	70/150
4.Хлеб пшеничный	50
5.Сок фруктовый	200
ВТОРНИК	Выход (гр)
1.Солянка домашняя со сметаной	300/450
2.Салат овощной	70/150
3.Корж молочный	75
4.Чай с сахаром	200
5.Хлеб пшеничный	50
СРЕДА	Выход (гр)
1.Голубцы ленивые	300/400
2.Яблоко	1 штука
3.Компот из с/х	200
4. Хлеб пшеничный	50
ЧЕТВЕРГ	Выход (гр)
1. Рис отварной	150/250
2.Рыбная котлета с соусом	100/120
3.Пирожок с капустой	75
4.Кисель	200
5.Хлеб пшеничный	50
ПЯТНИЦА	Выход (гр)
1. Каша перловая	150/250
2.Тефтели мясные с соусом	100/120
3. Фрукты (банан, мандарин или груша)	1 штука
4.Чай с сахаром	200
5. Хлеб пшеничный	50
СУББОТА	Выход (гр)
1. Каша рисовая молочная со сливочным маслом	150/250
2.Салат из капусты и моркови на растительном масле	100/120
3.Булочка с маком	75
4. Кисель	200
5. Хлеб пшеничный	50

Согласовано
Руководитель
Лисаковского городского управления
по защите прав потребителей
Департамента по Костанайской области
Комитета по защите прав потребителей
Министерства национальной экономики
Республики Казахстан



« 13 » 01 А.В. Горбенко
2016г.

Утверждаю
Директор КГУ
«Средняя школа № 3» отдела
образования акимата города
Лисаковска



« 12 » 01 С.К. Шалдыбаева
2016г.

**Двухнедельное перспективное меню
для воспитанников классов предшкольной подготовки при КГУ «Средняя школа №3» отдела
образования акимата города Лисаковска» на 2016 год (с полным пребыванием)**

1 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, грамм
Завтрак:	
1. Каша молочная «Геркулес» с маслом	200
2. Хлеб	55
3. Какао с молоком	180
Второй завтрак:	
1. Апельсин	1 шт.
Обед:	
1. Суп лапша по-домашнему на м/б	200
2. Овощное рагу	200
3. Кисель ягодный	180
4. Хлеб	55
Полдник:	
1. Бисквит с повидлом	70
2. Кофе с молоком	180
ВТОРНИК	выход
Завтрак:	
1. Суп молочно-рисовый с маслом	200
2. Чай с сахаром	180
3. Хлеб	55
Второй завтрак:	
1. Сок натуральный	180
2. Печенье	20
Обед:	
1. Борщ из свежей капусты со сметаной	200
2. Плов из говядины	200
3. Салат из моркови и яблока с растительным маслом	60
4. Чай с сахаром	180
5. Хлеб	55
Полдник:	
1. Булочка с сыром	60
2. Кофейный напиток	180

СРЕДА	выход
Завтрак:	
1.Каша манная с маслом	200
3.Чай с молоком и сахаром	180
4. Хлеб с сыром	55/10
Второй завтрак:	60
1.Банан	1 шт.
Обед:	
1.Суп «Волна» с гренками	200
2.Гречка отварная	130
3.Кура тушенная в соусе	80
4.Салат из свежей капусты с растительным маслом	60
5.Компот из сухофруктов	180
6.Хлеб	55
Полдник:	
1.Сосиска в тесте	80
2.Кофе с молоком	180
ЧЕТВЕРГ	выход
Завтрак:	
1.Вермишель с сыром	200
2.Чай с молоком и сахаром	180
3.Хлеб	55
Второй завтрак:	
1.Булочка домашняя сдобная	80
2.Кофейный напиток	180
Обед:	
1.Щи из свежей капусты	200
2.Рис припущенный со сливочным маслом	130
3.Котлета рыбная	80
4.Чай с сахаром	180
5.Хлеб	55
Полдник:	
1 «Посыпуха»	50
2.Компот из сухофруктов	180
ПЯТНИЦА	выход
Завтрак:	
1.Каша 5 злаков на молоке	200
2.Хлеб с маслом	55/8
4.Чай с сахаром	180
Второй завтрак:	
1.Сок фруктовый натуральный	180
2.Печенье	20
Обед:	
1.Суп гороховый	200
2.Картошка тушенная	180
3.Компот из сухофруктов	180
4.Хлеб	55
Полдник:	
1. Сок фруктовый натуральный	180
2.Вафли	20

2 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, грамм
Завтрак:	
1.Каша «Дружба» на молоке	200
2.Чай с сахаром	180
3.Хлеб	55
Второй завтрак:	
1.Груша	1 шт.
Обед:	
1.Суп «золотая рыбка»	200
2.Вареники с картошкой	180
3.Компот из сухофруктов	180
4.Хлеб	55
Полдник:	
1.Чай с молоком	180
2.Шоколад	20
ВТОРНИК	выход
Завтрак:	
1.Каша рисовая с маслом	200
2.Чай с сахаром	180
3.Хлеб	55
Второй завтрак:	50
1.Сок натуральный	180
2.Рогалик со сгущенкой	80
Обед:	
1.Суп рыбный с зеленью	200
2.Тефтели с ячневой крупой	200
3.Салат из свежей капусты и моркови с растительным маслом	60
4.Компот из сухофруктов	180
5.Хлеб	55
Полдник:	
1.Блинчики	60
2.Кисель	180
СРЕДА	выход
Завтрак:	
1.Каша манная с маслом	200
2.Чай с сахаром	180
3.Хлеб с сыром	55/10
Второй завтрак:	
1.Яблоко	1 шт.
Обед:	
1.Суп гречневый с мясом	200
2.Бигус с картофельным пюре	200
3.Компот	180
4.Хлеб	55
Полдник:	
1.Кефир	180
2.Плюшка домашняя	80
ЧЕТВЕРГ	выход
Завтрак:	

1.Каша молочная пшенная	200
2.Чай с сахаром	180
3.Хлеб с маслом	55/8
Второй завтрак:	
1.Мандарин	1 шт.
Обед:	
1.Суп «Харчо»	200
2.Гречка отварная	130
3.Котлета из мяса птицы	80
4.Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60
5.Компот	180
Полдник:	
1.Ватрушка с творогом	80
2.Какао с молоком	180
ПЯТНИЦА	выход
Завтрак:	
1.Каша молочная ячневая с маслом	200
2.Чай с сахаром	180
3.Хлеб	55
Обед:	
1. Суп «Рассольник»	200
2.Рис отварной	130
3.Печень в сметанном соусе	80
4.Компот	180
5.Хлеб	55
Полдник:	
1.Корж молочный	70
2.Чай с молоком и сахаром	180