

УТВЕРЖДАЮ
ИП «Наурзбаев»



Наурзбаев М.С.



СОГЛАСОВАНО
Директор МШГ №5

Рахимбекова Ж.У.

4-х недельное перспективное меню (Зима-Весна)

I – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 – день			
Салат морковь с сыром	60	80	100
Плов из птицы.	200	220	250
Молоко	150	200	200
Яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	50	50
2 – день			
Ежики из говядины	70/20	90/30	100/20
Подгарнировка – зеленый горошек	30	30	30
Соус молочно-томатный	20	20	20
Макароны отварные	130	150	180
Компот из свежих яблок с изюмом	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	50	50
3 – день			
Куриные палочки	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Пюре из гороха	130	150	180
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	50	50
4 – день			
Салат из капусты и моркови	60	80	100
Фишболы из минтая	70	90	100
Соус молочно-томатный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	50	50
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
5 – день			
Салат витаминный(яблоко)	60	80	100
Говядина отварная с туздык	70	90	100
Сочни\ макаронные изделия	130	150	180
Напиток лимонный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	50	50

УТВЕРЖДАЮ
ИИ «Наурзбаев»



Наурзбаев М.С.



СОГЛАСОВАНО
Директор МИИТ №5
Рахимбекова Ж.У

4-х недельное перспективное меню (Зима-Весна)

II – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 – день			
Салат морковь с изюмом	60	80	100
Чикенболы	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Рис рассыпчатый	130	150	180
Компот из свежих яблок с изюмом	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	50	50
2 – день			
Митболы	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Кефир 2,5%	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	50	50
3 – день			
Салат из варенных овощей	60	80	100
Ежики куриные	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Макароны отварные	130	150	180
Напиток Денсаулык(яблоко)	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50
4 – день			
Палочки из моркови и капусты	60	80	100
Рыбные каштаны	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Пюре из гороха	130	150	180
Напиток лимона яблочный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50
5 – день			
Сырне из говядины	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50

УТВЕРЖДАЮ

ИП «Наурызбаев»



Наурызбаев
Мерген

Наурызбаев М.С.

СОГЛАСОВАНО

Директор МНПГ №5



Рахимбекова Ж.У

4-х недельное перспективное меню (Зима-Весна)

III – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 – день			
Салат морковь с сыром	60	80	100
Гречневая каша с овощами и птицей	200	220	250
Молоко	100	100	100
Яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
2 – день			
Ленивые голубцы с говядиной	200	220	250
Соус сметанный	20	20	20
Поджаренная – зеленый горошек	30	30	30
Компот из свежих яблок с изюмом	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
3 – день			
Салат из белокачанной капусты с яблоками	60	80	100
Куриная грудка с овощами	70	90	100
Макарон отварные	130	150	180
Напиток из шиповника	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
4 – день			
Тефтели рыбные	70	90	100
Соус молочно-томатный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Поджаренная – зеленый горошек	30	30	30
Напиток Денсаулык (яблоко)	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
5 – день			
Нан салма	200	220	250
Какао с молоком	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50

УТВЕРЖДАЮ

ИИ «Наурызбаев»



Наурызбаев М.С.

СОГЛАСОВАНО

Директор МИН №5



Рахимбекова Ж.У

4-х недельное перспективное меню (Зима-Весна)

IV – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 – день			
Салат из капусты белокочанной с фасолью и морковью	60	80	100
Паста Болоньезе из птицы	200	220	250
Чай каркаде	200	200	200
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
2 – день			
Митболы	70	90	100
Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180
Соус сметанный	20	20	20
Компот из свежих яблок с изюмом	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
3 – день			
Салат морковь с сыром	60	80	100
Рагу овощное	130	150	180
Ежики куриные	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Напиток Денсаулык(яблоки)	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
4 – день			
Рыбные палочки запеченные	70	90	100
Соус молочно-томатный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Какао с молоком	200	200	200
Яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
5 – день			
Салат из капусты и моркови	60	80	100
Плов из говядины	200	220	250
напиток лимона яблочный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50