

Директору
школы №4 им. Абая
Г.Т. Иманбаева-Казбекова
«12» 12 2023 г.



РЕКОМЕНДУЕМОЕ МЕНЮ

блюд для организации одноразового бесплатного питания учащихся 1-4-х классов,
учащихся из малообеспеченных и многодетных семей, а также учащихся,
находящихся под опекой в общеобразовательных школах на 2023 год

II неделя Понедельник

Наименование блюд	Выход блюд, грамм	Ккал
Каша молочная с маслом	200-250 гр.	230
Бутерброд с маслом, с сыром	20-40\10\20 гр.	85
Чай с сиропом шиповника	200 гр.	61
Фрукт	1 шт.	70
Калорийность		446

Вторник

Наименование блюд	Выход блюд, грамм	Ккал
Гуляш	80-90 гр.	146
Перловка отварная	100-150 гр.	183
Хлеб	20-40 гр.	27
Компот из сухофруктов	200 гр.	60
Калорийность		416

Среда

Наименование блюд	Выход блюд, грамм	Ккал
Суп гороховый	200-250 гр.	246
Хлеб	20-40 гр.	27
Кисель	200 гр.	125
Печенье	30-50 гр.	95
Калорийность		493

Четверг

Наименование блюд	Выход блюд, грамм	Ккал
Салат из свежих овощей	60-80 гр.	32
Рыба тушеная	75\30 гр.	172
Пюре картофельное	100-150 гр.	133
Хлеб	20-40 гр.	27
Сок натуральный	200 гр.	150
Калорийность		482

Пятница

Наименование блюд	Выход блюд, грамм	Ккал
Курица тушеная	200 гр.	170
Макароны отварные	100-150 гр.	150
Хлеб	20-40 гр.	27
Кисель	200 гр.	150
Калорийность		497

Медсестра: Мурзатова Ж.Е.

Повар: Кокеева