

«Утверждаю»  
 Директор КГУ «ООШ с. Ижевское»  
 \_\_\_\_\_ Р.Е. Аманжол

**Перспективное меню для обеспечения горячим питанием  
 на 4 четверть 2023-24 учебный год (весна)  
 КГУ «Общеобразовательная школа села Ижевское»**

1 неделя

| № | День недели | Наименование блюд                 | Выход блюда, г |           |           |
|---|-------------|-----------------------------------|----------------|-----------|-----------|
|   |             |                                   | 7-10 лет       | 11-14 лет | 15-18 лет |
| 1 | Понедельник | Суп лапша домашняя                | 200            | 230       | 250       |
|   |             | Мед пчелиный                      | 10             | 10        | 10        |
|   |             | Чай с молоком                     | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный              | 20             | 35        | 40        |
| 2 | Вторник     | Салат из свежих овощей            | 60             | 100       | 100       |
|   |             | Жаркое по-домашнему               | 150            | 200       | 200       |
|   |             | Кисель                            | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Яблоко                            | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный              | 20             | 35        | 40        |
| 3 | Среда       | Рассольник                        | 200            | 250       | 250       |
|   |             | Сыр                               | 10             | 15        | 15        |
|   |             | Чай с молоком                     | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный              | 20             | 35        | 40        |
| 4 | Четверг     | Салат из моркови                  | 60             | 100       | 100       |
|   |             | Рыба минтай (либо котлеты рыбные) | 80             | 100       | 100       |
|   |             | Гарнир: рис припущенный           | 100            | 130       | 150       |
|   |             | Сок мультивитаминный              | 165            | 165       | 165       |
|   |             | Печенье «Крокет»                  | 20             | 20        | 20        |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный              | 20             | 35        | 40        |
| 5 | Пятница     | Суп-харчо                         | 200            | 250       | 250       |
|   |             | Мед пчелиный                      | 10             | 10        | 10        |
|   |             | Чай                               | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный              | 20             | 35        | 40        |

«Утверждаю»  
 Директор КГУ «ООШ с. Ижевское»  
 Р.Е. Аманжол

**Перспективное меню для обеспечения горячим питанием  
 на 4 четверть 2023-24 учебный год (весна)  
 КГУ «Общеобразовательная школа села Ижевское»**

2 неделя

| № | День недели | Наименование блюд  | Выход блюда, г                     |                                      |                                      |
|---|-------------|--|------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
|   |             |  | 7-10 лет                           | 11-14 лет                            | 15-18 лет                            |
| 1 | Понедельник | Борщ<br>Мед пчелиный<br>Чай с молоком<br>Хлеб ржано-пшеничный  | 200<br>10<br>200<br>20             | 250<br>10<br>200<br>35               | 250<br>10<br>200<br>40               |
| 2 | Вторник     | Салат из белокочанной капусты<br>Жаркое по-домашнему<br>Компот из смеси сухофруктов<br>Яблоко<br>Хлеб ржано-пшеничный                                  | 60<br>150<br>200<br>200<br>20      | 100<br>200<br>200<br>200<br>35       | 100<br>200<br>200<br>200<br>40       |
| 3 | Среда       | Суп лапша домашняя<br>Чай с молоком<br>Сузбеше<br>Хлеб ржано-пшеничный   | 200<br>200<br>100<br>20            | 250<br>200<br>100<br>35              | 250<br>200<br>100<br>40              |
| 4 | Четверг     | Салат из свежих овощей<br>Рыба минтай (либо котлеты рыбные)<br>Гарнир: макароны отварные<br>Сок персиковый<br>Печенье «Крокет»<br>Хлеб ржано-пшеничный | 60<br>80<br>100<br>165<br>20<br>20 | 100<br>100<br>130<br>165<br>20<br>35 | 100<br>100<br>150<br>165<br>20<br>40 |
| 5 | Пятница     | Суп из овощей (ЩИ)<br>Чай<br>Сыр<br>Хлеб ржано-пшеничный   | 200<br>200<br>10<br>20             | 250<br>200<br>15<br>35               | 250<br>200<br>15<br>40               |

«Утверждаю»  
 Директор КГУ «ООШ с. Ижевское»  
 \_\_\_\_\_ Р.Е. Аманжол

**Перспективное меню для обеспечения горячим питанием  
 на 4 четверть 2023-24 учебный год (весна)  
 КГУ «Общеобразовательная школа села Ижевское»**

3 неделя

| № | День недели | Наименование блюд  | Выход блюда, г                      |                                       |                                       |
|---|-------------|--|-------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
|   |             |  | 7-10 лет                            | 11-14 лет                             | 15-18 лет                             |
| 1 | Понедельник | Суп с вермишелью<br>Мед пчелиный<br>Чай с молоком<br>Хлеб ржано-пшеничный  | 200<br>10<br>200<br>20              | 250<br>10<br>200<br>35                | 250<br>10<br>200<br>40                |
| 2 | Вторник     | Салат из моркови<br>Куры отварные (тушеные)<br>Гарнир: макароны отварные<br>Чай с молоком<br>Яблоко<br>Хлеб ржано-пшеничный          | 60<br>80<br>100<br>200<br>200<br>20 | 100<br>100<br>130<br>200<br>200<br>35 | 100<br>100<br>150<br>200<br>200<br>40 |
| 3 | Среда       | Рассольник<br>Печенье «Крокет»<br>Чай<br>Хлеб ржано-пшеничный  | 200<br>20<br>200<br>20              | 250<br>20<br>200<br>35                | 250<br>20<br>200<br>40                |
| 4 | Четверг     | Салат из свежих овощей<br>Рыба Минтай (либо котлеты рыбные)<br>Гарнир: пюре картофельное<br>Кисель<br>Яблоко<br>Хлеб ржано-пшеничный | 60<br>80<br>100<br>200<br>200<br>20 | 100<br>100<br>150<br>200<br>200<br>35 | 100<br>100<br>150<br>200<br>200<br>40 |
| 5 | Пятница     | Суп лапша домашняя<br>Сок мультивитаминный<br>Сыр<br>Хлеб ржано-пшеничный  | 200<br>165<br>10<br>20              | 250<br>165<br>15<br>35                | 250<br>165<br>15<br>40                |



**Перспективное меню для обеспечения горячим питанием  
 на 4 четверть 2023-24 учебный год (весна)  
 КГУ «Общеобразовательная школа села Ижевское»**

4 неделя

| № | День недели | Наименование блюд         | Выход блюда, г |           |           |
|---|-------------|---------------------------|----------------|-----------|-----------|
|   |             |                           | 7-10 лет       | 11-14 лет | 15-18 лет |
| 1 | Понедельник | Щи из свежей капусты      | 200            | 250       | 250       |
|   |             | Мед пчелиный              | 10             | 10        | 10        |
|   |             | Чай с молоком             | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный      | 20             | 35        | 40        |
| 2 | Вторник     | Салат витаминный          | 60             | 100       | 100       |
|   |             | Зразы рубленые            | 80             | 100       | 100       |
|   |             | Гарнир: перловка          | 100            | 150       | 150       |
|   |             | Сок мультивитаминный      | 165            | 165       | 165       |
|   |             | Яблоко                    | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный      | 20             | 35        | 40        |
| 3 | Среда       | Суп рисовый               | 200            | 250       | 250       |
|   |             | Чай с молоком             | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Сузбеше                   | 100            | 100       | 100       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный      | 20             | 35        | 40        |
| 4 | Четверг     | Салат свекольный          | 60             | 100       | 100       |
|   |             | Котлеты рыбные            | 80             | 100       | 100       |
|   |             | Гарнир: пюре картофельное | 100            | 150       | 150       |
|   |             | Компот из сухофруктов     | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Яблоко                    | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный      | 20             | 35        | 40        |
| 5 | Пятница     | Борщ                      | 200            | 250       | 250       |
|   |             | Сыр                       | 10             | 15        | 15        |
|   |             | Чай с молоком             | 200            | 200       | 200       |
|   |             | Хлеб ржано-пшеничный      | 20             | 35        | 40        |