

«СОГЛАСОВАНО»

Медицинская сестра  
КГУ «Физико-математический лицей  
отдела образования города Костаная»  
Управления образования акимата  
Костанайской области

 Ступник О.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор  
КГУ «Физико-математический лицей  
отдела образования города Костаная»  
Управления образования акимата  
Костанайской области

 Богданчиков С.П.

**Перспективное сезонное двухнедельное меню для учащихся  
Зима-весна 2022 г. (1 неделя)**

День недели	Наименование	6-11 лет	11-18 лет
Понедельник	1.Салат овощной	60-100 гр	100-150 гр
	2.Гуляш из говядины	80-150 гр	100-180 гр
	3.Гречка с масло рассыпчатая	100-150 гр	150-180 гр
	4.Булочка с сыром	15/50 гр	15/50 гр
	5.Чай с сахаром	200 гр	200 гр
	6.Хлеб	20-35гр	35-40 гр
Вторник	1.Салат овощной	60-100 гр	100-150 гр
	2.Суп-лапша домашняя с мясом курицы	200-250 гр	250-300 гр
	3.Булочка ванильная	60 гр	60 гр
	4.Компот из сухофруктов	200 гр	200 гр
	5.Хлеб	20-35 гр	35-40 гр
Среда	1.Плов из мяса говядины	150-200 гр	200-250 гр
	2.Чай с сахаром	200 гр	200 гр
	3.Фрукты	100 гр	100 гр
	4.Хлеб	20-35 гр	35-40 гр
Четверг	1.Салат овощной	60-100 гр	100-150 гр
	2.Котлета мясная	80-150 гр	100-180 гр
	3.Картофельное пюре	100-150 гр	150-180 гр
	4.Сок натуральный	200 гр	200 гр
	5.Хлеб	20-35 гр	35-40 гр
Пятница	1.Салат овощной	60-100 гр	100-150 гр
	2.Гуляш из филе цыпленка	80-150 гр	100-180 гр
	3.Макароны отварные	100-150 гр	150-180 гр
	4.Кисель плодово-ягодный	200 гр	200 гр
	5.Фрукты	100 гр	100 гр
	6.Хлеб	20-35 гр	35-40 гр

«СОГЛАСОВАНО»

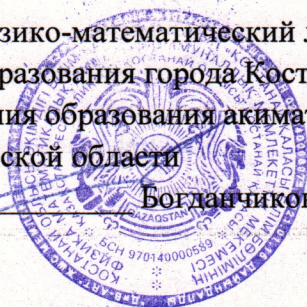
Медицинская сестра  
КГУ «Физико-математический лицей  
отдела образования города Костаная»  
Управления образования акимата  
Костанайской области

 Ступник О.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор  
КГУ «Физико-математический лицей  
отдела образования города Костаная»  
Управления образования акимата  
Костанайской области

 Богданчиков С.П.



**Перспективное сезонное двухнедельное меню для учащихся  
Зима-весна 2022 г. (2 неделя)**

День недели	Наименование	6-11 лет	11-18 лет
Понедельник	1.Овощное рагу с мясом курицы	150-200 гр	200-250 гр
	2. Компот из сухофруктов	200 гр	200 гр
	3.Фрукты	100 гр	100 гр
	4. Хлеб	20-35 гр	35-40 гр
Вторник	1.Тефтели мясные	80-150 гр	100-180 гр
	2.Макароны отварные	100-150 гр	150-180 гр
	3.Кисель плодово-ягодный	200 гр	200 гр
	4.Фрукты	100 гр	100 гр
	5.Хлеб	20-35 гр	35-40 гр
Среда	1.Суп гороховый с мясом говядины	200-250 гр	250-300 гр
	2.Салат овощной	60-100 гр	100-150 гр
	3.Чай с сахаром	200 гр	200 гр
	4.Плюшка с сахаром	60 гр	60 гр
	5.Хлеб	20-35 гр	35-40 гр
Четверг	1.Салат овощной	60-100 гр	100-150 гр
	2.Филе минтая припущенное	80-150 гр	100-180 гр
	3.Картофельное пюре	100-150 гр	150-180 гр
	4.Сок натуральный	200 гр	200 гр
	5.Хлеб	25-35 гр	35-40 гр
Пятница	1.Зразы (котлетное мясо)	80-150 гр	100-180 гр
	2.Макароны отварные	100-150 гр	150-180 гр
	4.Компот из сухофруктов	200 гр	200 гр
	5.Фрукты	100 гр	100 гр
	6.Хлеб	25-35 гр	35-40 гр