


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.

| 1 неделя | | | | | | |
|---|--------------|---------------|--------------|----------------|--------------|----------------|
| 1-й день | | | | | | |
| | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| наименования блюда | Выход | | Выход | | Выход | |
| из мяса говядины | 150/50 | 399,21 | 180/50 | 459,091 | 200/50 | 499,012 |
| из свежих овощей (огурцы, морковь на растительном масле) | 60 | 89,47 | 80 | 119,293 | 100 | 149,116 |
| от из сухофруктов | 200 | 120,6 | 200 | 120,6 | 200 | 120,6 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 |
| пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 655,88 | | 773,184 | | 852,128 |

Медицинский работник
 Социальный педагог



Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



| 1 неделя | | | | | | |
|--|----------|---------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 2-й день 4.02.2020г | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Суп лапша с мясом курицы | 200/25 | 249,15 | 230/25 | 286,522 | 250/25 | 311,437 |
| Кисель | 200 | 12 | 200 | 12 | 200 | 12 |
| Выпечка с творогом (булочка) | 60/12 | 124 | 60/12 | 148,8 | 60/12 | 173,6 |
| Хлеб пшеничный; ржаной (со сливочным маслом) | 20/3 | 59,2 | 35/3 | 86,8 | 40/3 | 96 |
| Итого | | 444,35 | | 534,122 | | 593,037 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



1 неделя

4-й день

6.02.2020г год

| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
|--|----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Котлеты рыбные | 80/30 | 180,279 | 90/30 | 196,668 | 100/30 | 213,057 |
| Гарнир:картофельное пюре | 100 | 111,21 | 100 | 144,573 | 100 | 166,815 |
| Салат "Изюминка" (свекла, яблоко,изюм на растительном масле) | 60 | 99,1 | 80 | 118,522 | 100 | 145,666 |
| Хачапури с сыром духовая | 65/5 | 221 | 65/5 | 221 | 65/5 | 221 |
| Сок (абрикосовый/персиковый) | 200 | 45 | 200 | 45 | 200 | 45 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 693,389 | | 790,163 | | 865,138 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



| 1 неделя | | | | | | |
|----------------------------|----------|----------------|-----------|---------------|-----------|--------------|
| 3-й день 5.02.2020г. чол | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Тефтели мясные с соусом | 80/30 | 213,301 | 90/30 | 265,926 | 100/30 | 289,05 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 100 | 169,68 | 130 | 220,584 | 150 | 254,52 |
| Чай черный сладкий | 200 | 27,93 | 200 | 27,93 | 200 | 27,93 |
| Мед | 5 | 24 | 5 | 24 | 5 | 24 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Сузбеше творожок | 40 | 52 | 40 | 52 | 40 | 52 |
| Итого | | 523,711 | | 654,84 | | 721,1 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

 Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



| 1 неделя | | | | | | |
|------------------------------------|----------|--------------|-----------|---------------|-----------|--------------|
| 5-й день | | | | | | |
| 7.02.2020г. 209 | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Колбаса говяжья варенная (духовая) | 80 | 155 | 80 | 155 | 80 | 155 |
| Гарнир:макароны отварные | 100 | 187,2 | 130 | 243,36 | 150 | 280,8 |
| Сладкая ряженка(питьевой йогурт) | 200 | 57 | 200 | 57 | 200 | 57 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 445,8 | | 529,56 | | 576,2 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.

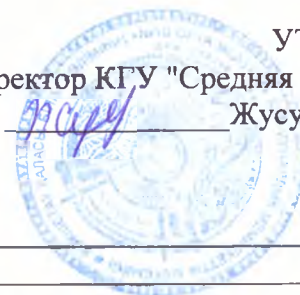


| 2 неделя | | | | | | |
|----------------------------|----------|---------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 1-й день | | | | | | |
| Дата: 10.02.2019г. - 10г. | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Суп "Харчо" из мяса курицы | 200/25 | 189,14 | 230/25 | 217,511 | 250/25 | 236,425 |
| Вареники с картофелем | 160 | 115,48 | 180 | 132,802 | 200 | 144,35 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 120,6 | 200 | 120,6 | 200 | 120,6 |
| Сузбеше(творожок) | 40 | 52 | 40 | 52 | 40 | 52 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 514,02 | | 587,313 | | 626,975 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К

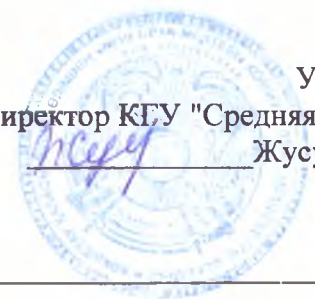


| 2 неделя | | | | | | |
|--|----------|--------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 2-й день | | | | | | |
| Дата: 11.02.2020г. - 20г. | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Колбаса говяжья (варенная духовая) запеченная | 80 | 155 | 80 | 155 | 80 | 155 |
| Гарнир: макароны отварные | 100 | 187,2 | 130 | 243,36 | 150 | 280,8 |
| Салат овощной (капуста, морковь на растительном масле) | 60 | 89,47 | 80 | 119,293 | 100 | 149,116 |
| Мед | 5 | 24 | 5 | 24 | 5 | 24 |
| Чай черный сладкий | 200 | 27,93 | 200 | 27,93 | 200 | 27,93 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 520,4 | | 633,983 | | 710,446 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



| 2 неделя | | | | | | |
|----------------------------------|----------|---------------|-----------|----------------|-----------|--------------|
| 3-й день | | | | | | |
| Дата: 12.02.2020г - сб | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Рассольник с мясом курицы | 200/25 | 231,24 | 230/25 | 265,926 | 250/25 | 289,05 |
| Крендель | 70 | 238 | 70 | 238 | 70 | 238 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 |
| Сладкая ряженка(питьевой йогурт) | 200 | 57 | 200 | 57 | 200 | 57 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 572,84 | | 635,126 | | 378,4 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А



УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.

| 2 неделя | | | | | | |
|---|----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 4-й день | | | | | | |
| Дата: 13.02.2020 чз рф. | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Котлеты рыбные | 80/30 | 180,279 | 90/30 | 196,668 | 100/30 | 213,057 |
| гарнир: картофельное пюре | 100 | 111,21 | 100 | 144,573 | 100 | 166,815 |
| Кисель | 200 | 12 | 200 | 12 | 200 | 12 |
| Салат морковный с сыром на растительном масле | 60 | 92,94 | 80 | 123,92 | 100 | 154,9 |
| Хлеб пшеничный; ржаной с маслом и сыром | 20 | 71,2 | 35 | 92,5 | 40 | 110,8 |
| Итого | | 467,629 | | 569,661 | | 657,572 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



| 2 неделя | | | | | | |
|-----------------------------------|----------|--------------|-----------|--------------|-----------|--------------|
| 5 -й день | | | | | | |
| Дата: 14.02.2020гг - 10г - | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Суп гороховый с мясом из говядины | 200/25 | 298 | 230/25 | 342,7 | 250/25 | 372,5 |
| Сок (абрикосовый/персиковый) | 200 | 45 | 200 | 45 | 200 | 45 |
| Выпечка с творогом (булочка) | 60/12 | 124 | 60/12 | 148,8 | 60/12 | 173,6 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 513,6 | | 610,7 | | 674,5 |

Медицинский работник
 Социальный педагог


 Жагупарова А.Т.

 Исаева Л.А.



УТВЕРЖДАЮ
Директор КГУ "Средняя школа № 10"
Жусупбекова Ж.К

| 3 неделя | | | | | | |
|--|----------|---------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 1-й день | | | | | | |
| Дата: 17.02.2020 г. чол | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Пельмени с бульоном | 200 | 115,48 | 230 | 132,802 | 250 | 144,35 |
| Салат свекольный с сыром на растительном масле | 60 | 99,22 | 80 | 115,756 | 100 | 132,293 |
| Мед | 5 | 24 | 5 | 24 | 5 | 24 |
| Чай черный сладкий | 200 | 27,93 | 200 | 27,93 | 200 | 27,93 |
| Творожок сузбеше | 40 | 52 | 40 | 52 | 40 | 52 |
| Хлеб пшеничный; ржаной (со сливочным маслом) | 20/3 | 59,2 | 35/3 | 86,8 | 40/3 | 96 |
| Итого | | 377,83 | | 439,288 | | 476,573 |

Медицинский работник
Социальный педагог

Жагупарова А.Т
Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



| 3 неделя | | | | | | |
|------------------------------------|----------|---------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 2-й день | | | | | | |
| Дата: 17.02.2020г. - ср. | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Жаркое из мяса курицы по-домашнему | 200 | 300,65 | 230 | 345,747 | 250 | 375,812 |
| Выпечка с творогом (пирог) | 60/12 | 124 | 60/12 | 148,8 | 60/12 | 173,6 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 120,6 | 200 | 120,6 | 200 | 120,6 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 591,85 | | 689,347 | | 753,412 |
| | | | | | | |

Медицинский работник
 Социальный педагог


 Жагупарова А.Т.

 Исаева Л.А.



УТВЕРЖДАЮ
Директор КГУ "Средняя школа № 10"
Жусупбекова Ж.К

| 3 неделя | | | | | | |
|--------------------------------|----------|---------------|-----------|----------------|-----------|---------------|
| 3-й день | | | | | | |
| Дата: 18.02.2020 г. ср. | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Борщ на костном бульоне | 200 | 115,48 | 230 | 132,802 | 250 | 144,35 |
| Самса из мяса говядины духовая | 50/30 | 246 | 50/30 | 246 | 50/30 | 246 |
| Кисель | 200 | 12 | 200 | 12 | 200 | 12 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 410,28 | | 455,202 | | 475,95 |

Медицинский работник
Социальный педагог

Жагупарова А.Т
Исаева Л.А



УТВЕРЖДАЮ
Директор КГУ "Средняя школа № 10"
Жусупбекова Ж.К.
Жусупбекова Ж.К.

3 неделя

4-й день

Дата: *20.02 2020г*

| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
|---|----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Биточки рыбные с соусом | 80/30 | 180,279 | 90/30 | 196,668 | 100/30 | 213,057 |
| Гарнир: картофельное пюре | 100 | 111,21 | 100 | 144,573 | 100 | 166,815 |
| Салат витаминный (капуста, морковь, сладкий, перец на растительном масле) | 60 | 89,47 | 80 | 119,293 | 100 | 149,116 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 |
| Сок (яблочный) | 200 | 45 | 200 | 45 | 200 | 45 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 472,559 | | 579,734 | | 657,388 |

Медицинский работник
Социальный педагог

Жагупарова А.Т
Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



| 3 неделя | | | | | | |
|--|----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 5-й день | | | | | | |
| Дата: 21.02.2020г | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Биточки рыбные с соусом | 80/30 | 180,279 | 90/30 | 196,668 | 100/30 | 213,057 |
| Гарнир: картофельное пюре | 100 | 111,21 | 100 | 144,573 | 100 | 166,815 |
| Салат витаминный (капуста, морковь, сладкий,перец на растительном масле) | 60 | 89,47 | 80 | 119,293 | 100 | 149,116 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 | 100 | 9,8 |
| Сок (яблочный) | 200 | 45 | 200 | 45 | 200 | 45 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 472,559 | | 579,734 | | 657,388 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К



| 4 неделя | | | | | | |
|---|----------|--------|-----------|---------|-----------|---------|
| 1-й день | | | | | | |
| Дата: 24.02.2020г - 10л | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Пельмени с бульоном | 200 | 115,48 | 230 | 132,802 | 250 | 144,35 |
| Салат из свежих овощей (капуста, огурцы, морковь на растительном масле) | 60 | 89,47 | 80 | 119,293 | 100 | 149,116 |
| Сузбеше (творожок) | 40 | 52 | 40 | 52 | 40 | 52 |
| Кисель | 200 | 12 | 200 | 12 | 200 | 12 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 305,75 | | 380,495 | | 431,066 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т

 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
н.с.с.с. Жусупбекова Ж.К.



| 4 неделя | | | | | | |
|----------------------------|----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 2-й день | | | | | | |
| Дата: 25.02.2020г. - 10ф. | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Мясные биточки с соусом | 80/30 | 180,279 | 90/30 | 196,668 | 100/30 | 213,057 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 100 | 169,68 | 100 | 220,584 | 100 | 254,52 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 120,6 | 200 | 120,6 | 200 | 120,6 |
| Фрукт (яблоко) | 50 | 9,8 | 50 | 9,8 | 50 | 9,8 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 517,159 | | 612,052 | | 671,577 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГУ "Средняя школа № 10"
Жусупбекова Ж.К.



| 4 неделя | | | | | | |
|---|----------|---------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 3-й день | | | | | | |
| Дата: 26.02.2020гг | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Суп лапша с мясом из говядины | 200/25 | 249,15 | 230/25 | 286,522 | 250/25 | 311,437 |
| Салат морковный на растительном масле | 60 | 92,94 | 80 | 132,92 | 100 | 154,9 |
| Сладкая ряженка(питьевой йогурт) | 200 | 57 | 200 | 57 | 200 | 57 |
| Хлеб пшеничный; ржаной (с маслом и сыром) | 20 | 71,2 | 35 | 92,5 | 40 | 110,8 |
| Итого | | 470,29 | | 568,942 | | 634,137 |

Медицинский работник
Социальный педагог

Жагупарова А.Т
Исаева Л.А



УТВЕРЖДАЮ
Директор КГУ "Средняя школа № 10"
Жусупбекова Ж.К.

| 4 неделя | | | | | | |
|--------------------------|----------|--------------|-----------|--------------|-----------|--------------|
| 4-й день | | | | | | |
| Дата: 24.02.2020г. - 20ф | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Суп из рыбы | 200/25 | 301 | 230/25 | 322,1 | 250/25 | 345,3 |
| Растягай с мясом духовой | 50/30 | 246 | 50/30 | 246 | 50/30 | 246 |
| Сок | 200 | 45 | 200 | 45 | 200 | 45 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 9,8 | 50 | 9,8 | 50 | 9,8 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 638,6 | | 687,3 | | 719,7 |

Медицинский работник
Социальный педагог

Жагупарова А.Т
Исаева Л.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Средняя школа № 10"
 Жусупбекова Ж.К.



| 4 неделя | | | | | | |
|---------------------------|----------|---------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 5-й день | | | | | | |
| Дата: 28.02.2020г. 2020 | | | | | | |
| Наименования блюда | 7-10 лет | Ккал | 11-14 лет | Ккал | 15-18 лет | Ккал |
| | Выход | | Выход | | Выход | |
| Гуляш из мяса курицы | 80/30 | 180,9 | 90/30 | 190,668 | 100/30 | 213,057 |
| Гарнир: картофельное пюре | 100 | 111,21 | 100 | 144,573 | 100 | 166,815 |
| Чай черный сладкий | 200 | 27,93 | 200 | 27,93 | 200 | 27,93 |
| Мед | 5 | 24 | 5 | 24 | 5 | 24 |
| Хлеб пшеничный; ржаной | 20 | 36,8 | 35 | 64,4 | 40 | 73,6 |
| Итого | | 380,84 | | 451,571 | | 505,402 |

Медицинский работник
 Социальный педагог

Жагупарова А.Т
 Исаева Л.А