

«Утверждаю»

И.о. Руководитель ГУ «Хромтауский районный отдел образования, физической культуры и спорта Актыубинской области»



Калниязова Н.С.

2019г

Единое четырехнедельное меню на 2018-19 учебный год по школам ГУ «Хромтауский районный отдел образования, физической культуры и спорта Актыубинской области» для детей из малообеспеченных семей.

Дни недели	Наименование блюд	Выход
Дүйсенбі	1 Апта	
	Борщ	230/25
	Пісірілген тауық еті	90
	Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	130
	ара балы	10
	сүзбеше	100
	Сүт	200
Сейсенбі	Қара бидай наны	35
	Бұршақ көжесі	230/25
	балғын қиярдан жасалған салат	80
	күріш пен тартылған ет салынған қырыққабат	230
	итмұрын жемісінен кисель	200
	Алма	200
	қара бидай наны	35
Сәрсенбі	Жарма салынған көже	230/25
	бұқтырылған ет (сиыр еті)	90
	Гарнир: бұқтырылған қырыққабат	130
	Сүзбеше	100
	Айран	200
	қара бидай наны	35
Бейсенбі	Үй кеспе көжесі	230/25
	балғын қызанақ пен қияр салаты	80
	балық котлеті	90
	сүт қатылған көкөніс	100/30
	балғын жемістен компот	200
	Банан	200
	қара бидай наны	35
Жұма	Балғын қырыққабаттан щи	230/25
	палау (сиыр еті)	180/50
	ара балы	10
	Сүзбеше	100

	Сүт	200
	қара бидай наны	35
2 АПТА		
Дүйсенбі	Үй кеспе көжесі	230/25
	Рагу (сиыр етінен)	140/60
	ара балы	10
	Сүзбеше	100
	Сүт	200
	қара бидай наны	35
Сейсенбі	Көкөніс көжесі	230/25
	Сәбіз бен алмадан салат	80
	гөлуьцы етпен және күрішпен	200
	кептірілген жемістен компот	200
	Банан	200
	қара бидай наны	35
Сәрсенбі	Вермишель салынған көже	230/25
	Ет тефтелі	90
	Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	130
	Сүзбеше	100
	Айран	200
	қара бидай наны	35
Бейсенбі	Харчо көжесі	230/25
	балғын көкөніс салаты	80
	Бөктірілген көксерке балығы	75/50
	Гарнир:картоп езбесі	130
	С дәруменді кисель	200
	Алмұрт	200
	қара бидай наны	35
Жұма	Рассольник (тұздықты көже)	230/25
	турама зразылар	90
	Гарнир: бөктірілген күріш	130
	ара балы	10
	Сүзбеше	100
	Сүт	200
	қара бидай наны	35
3 АПТА		
Дүйсенбі	Харчо көжесі	230/25
	Ет котлеті	85/5
	Құрамалы гарнир: пісірілген күріш және картоп езбесі	130
	ара балы	10
	Сүзбеше	100
	Сүт	200
	қара бидай наны	35

Сейсенбі	Борщ	230/25
	Балғын көкөніс салаты	80
	пісірілген тауық еті	90
	Гарнир: арпа жармасы	130
	балғын жемістен компот	200
	Банан	200
	қара бидай наны	35
Сәрсенбі	Рассольник (тұздықты көже)	230/25
	бұқтырылған ет(сиыр еті)	90
	Гарнир: бұқтырылған қырыққабат	130
	Сүзбеше	100
	Айран	200
	қара бидай наны	35
Бейсенбі	Бұршақ көжесі	230/25
	Балғын қызынақ пен қиярдан салат	80
	көксерке балығы тефелі	90
	Гарнир: сүт қатылған көкөніс	100/30
	көп дәруменді шырын	200
	Алма	200
	қара бидай наны	35
Жұма	Үй кеспе көжесі	230/25
	тартылған ет пен күріш салынған қырыққабат	230
	ара балы	10
	Сүзбеше	100
	Сүт	200
	қара бидай наны	35
4 АПТА		
Дүйсенбі	Көкөніс көжесі	230/25
	Ет биточкілері	85/5
	Гарнир: бөктірілген күріш	130
	ара балы	10
	Сүзбеше	100
	Сүт	200
	қара бидай наны	35
Сейсенбі	Вермишель салынған көже	230/25
	Аққауданды қырыққабат салаты	80
	Азу	230
	Балғын жемістен компот	200
	Банан	200
	қара бидай наны	35
Сәрсенбі	Борщ	230/25
	Гуляш	80
	Гарнир: арпа жармасы	130
	Сүзбеше	100

	Айран	200
	қара бидай наны	35
Бейсенбі	Бұршақ көжесі	230/25
	Қияр мен шөптесіннен салат	80
	бұқтырылған көксерке балығы	75/50
	Гарнир: сүт қатылған көкөніс	100/30
	шабдалы шырыны	200
	Алма	200
	қара бидай наны	35
Жұма	Үй кеспе көжесі	230/25
	палау (сиыр еті)	150/50
	ара балы	10
	Сүзбеше	100
	Сүт	200
	қара бидай наны	35