



Утверждаю
 директор КГУ «Общ.образоват.школа с.Новорыбинка» Жазат.А

**Перспективное 10-ти дневное меню
 КГУ «Общеобразовательная школа села Новорыбинка»
 с 1 по 11 класс**

дата	Наименование блюд	6(7)-10 лет		11-15 лет		16-18лет	
		Грамм	ккал	Грамм	ккал	грамм	ккал
1 13.04.2026	1.Суп гороховый 2.Курица отварная 3.гарнир рожки 4.Салат с морковные палочки 5.творог сладкий 6.Кисель 7.Хлеб	150 60г 80 60 100 200 40	80 100 100 80 130 120 90	200 75 100 60 100 200 40	100 130 130 80 130 120 90	250 100 150 60 100 200 40	130 160 200 80 130 120 90
2 14.04.2026	1. Борщ 2.Митболы из говядины 3.Гарнир гречка 4.молоко 5.Яблоко 6.Хлеб	150 50 70 200 100 40	80 90 90 100 40 90	200 70 100 200 100 40	100 130 130 100 40 90	250 90 150 200 100 40	130 170 200 100 40 90
3 15.04.2026	1.Суп гречневый на к/б 2. Плов из говядины 3. Салат из капусты 4.сыр 5.Кефир 6.яблоко 7.Хлеб	150 150 60 200 100 40	90 210 80 80 40 90	200 200 60 200 100 40	110 280 80 80 40 90	250 250 60 200 100 40	140 360 80 80 40 90
4 16.04.2026	1.Суп рисовой 2.рыба тушенная 3.Гарнир рожки 4.салат свекольный 5.Компот 6.Творог сладкий 7.Хлеб	150 60 80 60 200 100 40	90 90 100 80 90 130 90	200 75 100 60 200 100 40	110 120 130 80 90 130 90	250 100 150 60 200 100 40	140 160 200 80 90 130 90
5 17.04.2026	1. Суп горохов 2.мясо по казахский 3.салат свежий (помидор,огурцы) 4.Сок 5.Яблоко 6.Хлеб	150 150 70 200 100 40	80 110 90 100 40 90	200 200 100 200 100 40	100 240 130 100 40 90	250 250 150 200 100 40	130 360 200 100 40 90

дата	Наименование блюд	6(7)-10 лет		11-15 лет		16-18лет	
		Грамм	ккал	Грамм	ккал	грамм	ккал
6 20.04.2026	1.Суп гречневый	150	90	200	110	250	140
	2. С Плов из птицы	150г	180	180	240	200	336
	3. Салат с морковь	60	80	80	100	100	120
	4.Компот	200	100	200	100	200	100
	5.Яблоко	100	45	100	45	100	45
	6.Хлеб	40	90	40	90	40	90
7 21.04.2026	1.Суп гороховый	150	80	200	100	250	130
	2.Ежики из говядины	50	80	60	100	85	130
	3.гарнир рожки	100	100	80	130	150	200
	4.свежий салат	200	100	130	100	200	100
	(помидор,огурцы)	100	40	100	40	100	40
	5.молоко+мед	40	90	40	90	40	90
	6. яблоко						
7.хлеб							
8 22.04.2026	1.Борщ на к/б	150	80	200	100	200	130
	2.Говядина тушенная с овощами	60	80	75	100	100	130
	3.Гарнир перловка	70	90	100	130	150	200
	4.Кисель	200	120	200	120	200	120
	5.Сыр	10	35	20	70	20	70
	6.Яблоко	100	40	100	40	100	40
	7.Хлеб	40	90	40	90	40	90
9 23.04.2026	1.Суп рисовой	150	90	200	110	250	140
	2. Рыба тушенная с овощами	60	90	75	120	100	160
	3. Гарнир гречка	70	90	100	130	150	200
	4. Салат из капусты	60	80	80	80	100	80
	5.Кефир	200	80	200	80	200	80
	6.Творог сладкий	100	130	100	130	100	130
	7.Хлеб	40	90	40	90	40	90
10 24.04.2026	1. Суп гречневый	150	90	200	110	250	140
	2. Говядина тушенная с овощами	60	90	80	120	100	160
	3. гарнир рис	80	100	100	130	150	200
	4.Салат свекольные палочки	60	80	80	80	100	80
	5.Сок	200	90	200	90	200	90
	6.Творог сладкий	100	130	100	130	100	130
	7.Хлеб	40	90	40	90	40	90

Повар Жас Подгайна С.В