



Утверждаю Н.А.  
 директор школы Хажат.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 27.04.2026	1.Суп гороховый	150	80	200	100	250	130
	2.Курица отварная	60г	100	75	130	100	160
	3.гарнир рожки	80	100	100	130	150	200
	4.Салат с морковные палочки	60	80	60	80	60	80
	5.творог сладкий	100	130	100	130	100	130
	6.Кисель	200	120	200	120	200	120
	7.Хлеб	40	90	40	90	40	90
2 28.04.2026	1. Борщ	150	80	200	100	250	130
	2.Митболы из говядины	50	90	70	130	90	170
	3.Гарнир гречка	70	90	100	130	150	200
	4.молоко	200	100	200	100	200	100
	5.Яблоко	100	40	100	40	100	40
	6.Хлеб	40	90	40	90	40	90
3 29.04.2026	1.Суп гречневый на к/б	150	90	200	110	250	140
	2. Плов из говядины	150	210	200	280	250	360
	3. Салат из капусты	60	80	60	80	60	80
	4.сыр	200	80	200	80	200	80
	5.Кефир	100	40	100	40	100	40
	6.яблоко	40	90	40	90	40	90
	7.Хлеб						
4 30.04.2026	1.Суп рисовой	150	90	200	110	250	140
	2.рыба тушенная	60	90	75	120	100	160
	3.Гарнир рожки	80	100	100	130	150	200
	4.салат свекольный	60	80	60	80	60	80
	5.Компот	200	90	200	90	200	90
	6.Творог сладкий	100	130	100	130	100	130
	7.Хлеб	40	90	40	90	40	90
5 01.05.2026 Выходной	1. Суп горохов	150	80	200	100	250	130
	2.мясо по казахский	150	110	200	240	250	360
	3.салат свежий (помидор,огурцы )	70	90	100	130	150	200
		200	100	200	100	200	100
	4.Сок	100	40	100	40	100	40
	5.Яблоко	40	90	40	90	40	90
6.Хлеб							

дата	Наименование блюд	6(7)-10 лет		11-15 лет		16-18лет	
		Грамм	ккал	Грамм	ккал	грамм	ккал
6 04.05.2026	1.Суп гречневый 2. С Плов из птицы 3. Салат с морковь 4.Компот 5.Яблоко 6.Хлеб	150 150г 60 200 100 40	90 180 80 100 45 90	200 180 80 200 100 40	110 240 100 100 45 90	250 200 100 200 100 40	140 336 120 100 45 90
7 05.05.2026  выходной	1.Суп гороховый 2.Ежики из говядины 3.гарнир рожки 4.свежий салат (помидор,огурцы) 5.молоко+мед 6. яблоко 7.хлеб	150 50 100 200 100 40	80 80 100 100 40 90	200 60 80 130 100 40	100 100 130 100 40 90	250 85 150 200 100 40	130 130 200 100 40 90
8 06.05.2026	1.Борщ на к/б 2.Говядина тушенная с овощами 3.Гарнир перловка 4.Кисель 5.Сыр 6.Яблоко 7.Хлеб	150 60 70 200 10 100 40	80 80 90 120 35 40 90	200 75 100 200 20 100 40	100 100 130 120 70 40 90	200 100 150 200 20 100 40	130 130 200 120 70 40 90
9 07.05.2026  выходной	1.Суп рисовой 2. Рыба тушенная с овощами 3. Гарнир гречка 4. Салат из капусты 5.Кефир 6.Творог сладкий 7.Хлеб	150 60 70 60 200 100 40	90 90 90 80 80 130 90	200 75 100 80 200 100 40	110 120 130 80 80 130 90	250 100 150 100 200 100 40	140 160 200 80 80 130 90
10 08.05.2026	1. Суп гречневый 2. Говядина тушенная с обощами 3. гарнир рис 4.Салат свекольные палочки 5.Сок 6.Творог сладкий 7.Хлеб	150 60 80 60 200 100 40	90 90 100 80 90 130 90	200 80 100 200 100 40	110 120 130 80 90 130 90	250 100 150 200 100 40	140 160 200 80 90 130 90

Повар Лас Подгайная С.В