



**Перспективное меню на пришкольный лагерь СОШ им.К.Идрисова
на 2022-2023 учебный год**

1 неделя

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|--|--|--|---|--|
| Завтрак 1. Суп молочный рисовый 2. Хлеб с маслом 3. Чай с молоком 4. Вафли Обед 1. Плов из говядины 2. Салат «Витаминный» 3. Хлеб 4. Кисель 5. Банан Полдник 1. Кефир 2. Булочки | Завтрак 1. Каша пшеничная со сливочным маслом 2. Хлеб 3. Какао Обед 1. Борщ 2. Салат «Огуречный» 3. Хлеб 3. Компот 4. Творожок Полдник 1. Ряженка 2. Печенье 3. Яблоко | Завтрак 1. Каша манная со сливочным маслом 2. Хлеб 3. Чай с молоком 4. Яйцо отварное Обед 1. Куринный гуляш, рожки отварные 2. Салат «Овощной» 3. Хлеб 4. Компот Полдник 1. Сок 2. Пряник | Завтрак 1. Каша пшеничная 2. Хлеб с маслом, сыр 3. Чай с молоком 4. Вафли Обед 1. Рыбная котлета, каша гречневая с подливом 2. Салат «Свекольный с изюмом» 3. Хлеб 3. Компот Полдник 1. Кефир 2. Печенье | Завтрак 1. Каша ячневая 2. Хлеб 3. Чай с молоком 4. Конфета Обед 1. Рассольник 2. Салат «Морковный с яблоками» 3. Хлеб 3. Кисель 4. Творожок Полдник 1. Сок 2. Булочка 3. Банан |

2 неделя

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|--|--|--|--|---|
| Завтрак 1. Суп рисовый молочный 2. Хлеб с маслом, сыром 3. Чай с молоком Обед 1. Жаркое по домашнему 2. Салат «Витаминный» 3. Хлеб 3. Компот Полдник 1. Кефир 2. Пряник 3. Яблоко | Завтрак 1. Суп вермишелевый молочный 2. Хлеб 3. Яйцо отварное 4. Чай с молоком Обед 1. Котлета мясная с гречневым гарниром. 2. Салат «Огуречный» 3. Хлеб 4. Сок Полдник 1. Какао 2. Булочка 3. Банан | Завтрак 1. Каша манная со сливочным маслом 2. Хлеб с маслом, 3. Какао Обед 1. Суп гороховый с мясом 2. Салат «Овощной» 3. Компот 4. Хлеб 5. Творожок Полдник 1. Молоко кипяченое 2. Печенье | Завтрак 1. Каша овсяная молочная 2. Хлеб с маслом 3. Чай с молоком Обед 1. Рыба запеченная, каша ячневая с подливом 2. Салат «Морковный с яблоками» 3. Хлеб 4. Компот 5. Вафли Полдник 1. Ряженка 2. Блины 3. Яблоко | Завтрак 1. Каша пшеничная 2. Хлеб с маслом, сыром 3. Чай с молоком Обед 1. Плов из говядины 2. Салат «Витаминный» 3. Хлеб 4. Кисель 4. Конфета Полдник 1. Сок 2. Булочки |

**Перспективное меню мини-центра
СОШ им. К.Идрисова на 2022-2023 учебный год**

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|--|---|--|--|---|
| <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Каша манная с маслом 2.Хлеб с сыром. 3.Чай с молоком 4.Конфета</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Суп лапша домашняя на курином бульоне 2.Хлеб 3.Компот</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Плов из мяса птицы 2.Молоко кипяченое 3.Хлеб 4.Яблоко</p> | <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Каша ячневая с маслом 2.Хлеб с маслом. 3.Чай с сахаром 4.Яйцо отварное</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Гуляш из говядины 2.Гречка рассыпчатая 3.Салат Овощной 4.Компот 5.Хлеб</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Борщ из говядины 2.Снежок 3.Булочка 4.Хлеб</p> | <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Суп молочный вермишелевый 2.Хлеб с маслом, повидло. 3.Чай с молоком</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Суп Харчо из говядины 2.Кефир 3.Хлеб 4.Бублик</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Мясная поджарка 2.Картофельное пюре 3.Кисель 4.Хлеб</p> | <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Каша рисовая с маслом 2.Хлеб с маслом, сыром 3.Какао</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Рыбная котлета, 2.Отварные макароны 3.Салат «Винегрет» 4.Чай с лимоном сладкий 5.Мед</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Суп Крестьянский из говядины 2.Ряженка 3.Печенье 4.Хлеб</p> | <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Каша овсяная, молочная 2.Хлеб с маслом. 3.Чай с сахаром</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Рассольник 2.Хлеб 3.Какао 4.Творожок</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Гуляш из говядины 2.Каша ячневая 3.Хлеб 4.Вафли 5.Сок</p> |
| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Каша ячневая молочная 2.Хлеб с маслом, сыр. 3.Чай с молоком</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Суп гороховый из говядины 2.Хлеб 3.Компот 4.Печенье</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Гуляш из мяса птицы 2.Отварные макароны 3.Какао 4.Хлеб 5.Яблоко</p> | <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Каша овсяная молочная 2.Хлеб с маслом. 3.Чай с сахаром</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Плов 2.Салат «Витаминный» 2.Хлеб 3.Сок</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Лапша домашняя из говядины 2.Снежок 3.Вафли 4.Хлеб</p> | <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Суп вермишелевый молочный 2.Хлеб с маслом, сыр 3.Чай с молоком</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Борщ из говядины 2.Хлеб 3.Молоко кипяченое 4.Пряник</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Тефтели из говядины 2.Гречка рассыпчатая 3.Компот 4.Хлеб</p> | <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Каша манная с маслом 2.Хлеб с сыром 3.Какао</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Рыбная котлета, 2.Каша пшеничная с подливой 3.Салат «Морковный» 4.Хлеб 5.Кисель</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Свекольник из говядины 2.Вафли 3.Ряженка 4.Хлеб</p> | <p align="center">Завтрак</p> <p>1.Каша рисовая, молочная 2.Хлеб с маслом, сыр. 3.Чай с молоком 4.Яйцо отварное</p> <p align="center">Обед</p> <p>1.Домашняя лапша на курином бульоне 2.Хлеб 3.Компот 4.Бублик</p> <p align="center">Полдник</p> <p>1.Курица тушеная с картошкой 2.Чай с сахаром 3.Творожок 4.Печенье 5.Хлеб</p> |


 «Утверждаю»
 Директор школы: Жақыбаева Р.К.
 2023 г.

**Перспективное меню
для учащихся 1-11 классов**

1 неделя

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|---|---|---|---|--|
| Суп лапша домашняя на мк/б Плов мяса птицы Чай с молоком Яблоко/мандарин Хлеб | Борщ из из мк/б Гуляш из говядины Гречка рассыпчатая Салат овощной Компот из свежих яблок Хлеб | Суп Харчо из мк/б Мясная поджарка Перловка отварная Кефир Хлеб Печенье | Суп Крестьянский на мк/б Рыба тушеная в соусе Отварные макароны Чай с лимоном сладкий Хлеб Мед | Свекольник Жаркое по домашнему Какао Хлеб |

2 неделя

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|---|--|--|---|--|
| Суп гороховый на мк/б Гуляш из мяса птицы Отварные макароны Чай сладкий Яблоко/мандарин Хлеб | Лапша домашняя на мк/б Плов с говядиной Хлеб с сыром Сок Печенье | Борщ на мк/б Тефтели с говядиной Гречка рассыпчатая Компот из сухофруктов Хлеб | Свекольник Рыба тушеная в соусе Отварная Вермишель Салат «Витаминка» Кисель Хлеб | Рассольник из мяса птицы Жаркое по домашнему Какао Хлеб |


 «Затверждаю»
 Директор школы _____
 Жакбаева Р.К.
 2023 г.

**Перспективное меню
для учащихся 1-4 классов**

1 неделя

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|--|--|---|---|-----------------------------|
| Суп лапша домашняя на мк/б Чай с молоком Яблоко/мандарин Хлеб | Гуляш из говядины Гречка рассыпчатая Салат овощной Компот из свежих яблок Хлеб | Суп Харчо из говядины Кефир Хлеб Печенье | Рыба тушеная в соусе Отварные макароны Чай с лимоном сладкий Хлеб Мед | Свекольник Какао Хлеб |

2 неделя

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|---|--|---|---|---|
| Суп гороховый на мк/б Чай сладкий Яблоко/мандарин Хлеб | Плов с говядиной Хлеб с сыром Сок Печенье | Борщ с говядиной со сметаной Компот из сухофруктов Хлеб | Рыба тушеная в соусе Отварная вермишель Салат «Витаминка» Кисель Хлеб | Рассольник из мяса птицы Какао Хлеб |