

Согласовано:

Директор КГУ «Общеобразовательная
школа №3 г.Щучинск отдела образования
по Бурабайскому району управления
образования Акмолинской области»

Кенежанова Н.А.

"14" сентября 2026г.

Утверждаю:

ИП "Вручинская Е.И."

Вручинская Е.И.

"14" сентября 2026г.

4-х недельное перспективное меню (Лето-Осень)

III - неделя

Наименование блюд	Выход блюд, гр		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет

Понедельник 14.09.2026 год

Рагу из птицы	70	80	90
Макароны отварные	130	140	160
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50
Какао с молоком	200	200	200
Яблоко / фрукт по сезону	120	120	120

Вторник 15.09.2026 год

Биточки из говядины	70	90	100
Соус сметанный	20	20	20
Картофельно-морковное пюре	130	150	180
Компот из свежих яблок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50

Среда 16.09.2026 год

Куриная грудка с овощами, с сыром	70	90	100
Гречка отварная	130	150	180
Напиток Денсаулык	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50

Четверг 17.09.2026 год

Салат из капусты белокочанной	60	80	100
Уха из горбуши	200	250	300
Булочка бутербродная с сыром	50	50	50
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50

Пятница 18.09.2026 год

Плов из мяса (говядина, конина, курица)	200	220	250
Чай с молоком с сахаром	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50
Яблоко/Фрукт по сезону	120	120	120

Диетолог школьного питания

Келісілді:

Ақмола облысы білім басқармасының
Бурабай ауданы бойынша білім бөлімінің
Щучинск қаласының № 3 жалпы білім
беретін мектебі "КММ директоры"

Н.А. Кенежанова

"14" Қыркүйек 2026 ж.

Бекітемін:

"Вручинская Е.И." ЖК

Вручинская Е.И.

"14" Қыркүйек 2026 ж.

4 апталық перспективалық мәзір (Жаз-Күз)

III - апта

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр		
	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас

Дүйсенбі 14.09.2026 жыл

Құс еті	70	80	90
Қайнатылған макарон	130	140	160
Қара бидай наны	30	50	50
Сүт қосылған Какао	200	200	200
Алма / жеміс маусымы	120	120	120

Сейсенбі 15.09.2026 жыл

Сиыр еті	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Картоп пен сәбіз пюресі	130	150	180
Жаңа алма компоты	200	200	200
Қара бидай наны	30	50	50

Сәрсенбі 16.09.2026 жыл

Тауықтың төс еті көкөністермен, ірімшікпен	70	90	100
Қаракұмық қайнатылған	130	150	180
Денсаулық Сусыны	200	200	200
Қара бидай наны	30	50	50

Бейсенбі 17.09.2026 жыл

Ақ қырыққабат салаты	60	80	100
Қызғылт лосось құлақтары	200	250	300
Ірімшік қосылған сэндвич тоқаш	50	50	50
Кептірілген жеміс компоты	200	200	200
Қара бидай наны	30	50	50

Жұма 18.09.2026 жыл

Ет палауы (сиыр еті, жылқы еті, тауық еті)	200	220	250
Қант қосылған сүт қосылған шай	200	200	200
Қара бидай наны	30	50	50
Алма / жеміс маусымы	120	120	120

Диетолог школьного питания