Утверждаю:
Директор ТОО "DIYARA LTD Company"
_____Асабаева Х.Д.

Согласовано:
Директор "Международной школы города Астана "
_____Булатов А.Ж.

4-х недельное меню "Международная школа г.Астана"
АОО "Назарбаев Интеллектуальные школы"
Меню-осень
4 неделя 1-5 классы

Завтрак Понедельник 21.11.2022г

№ п/п	Наименование	выход	ккал
1.	Каша 5 злаков	200	178,6
2.	Тост пшеничный с творожным сыром	20/15	97,8
3.	Хлеб с маслом	40/10	162,9
4.	Чай с сахаром	200	39,8
5.	Фрукт	200	92
Итого:			571,1

Обед

1.	Нарезка из огурцов	60	9
2.	Суп чечевичный на костном	200	164,6
3.	Котлеты " Школьные"	80/20	225,2
4.	Гречка/рис	150	222,7
5.	Отвар шиповника	200	55
6.	Хлеб в ассортименте	75/50	315,9
Итого:			992,4

Полдник

1.	Маффины с вишней	60	150
2.	Чай каркаде/ чай с лимоном	200	35
Итого:			185
Всего:			1748,5

Администратор Рахимгулова С.Т
Диетсестра Сагаденова Д.К.

Утверждаю:
Директор ТОО "DIYARA LTD Company"
_____ Асабаева Х.Д.

Согласовано:
Директор "Международной шко города."
_____Булатов А.Ж.

4-х недельное меню "Международная школа г.Астана"
АОО "Назарбаев Интеллектуальные школы"
Меню-осень
4 неделя 1-5 классы

Завтрак Вторник 22.11.2022г

№ п/п	Наименование	выход	ккал
1.	Каша молочная кукурузная	200	157,3
2.	Бутерброд с сыром(горячий)	30//10	204
3.	Хлеб с маслом	40/10	162,9
4.	Какао с молоком	200	65,3
5.	Фрукт	200	182
Итого:			771,5

Обед

1.	Салат морковный	60	47
2	Борщ на костном бульоне	200	129,3
3	Рагу из курицей с овощами	80/20	157,8
4.	Спагетти/картоф.запеченная	150	194
5.	Компот из смородины	200	45,8
6.	Хлеб в ассортименте	75/50	315,9
Итого;			889,8

Полдник

1.	Булочка "Школьная"	60	188,8
2.	Напиток лимонный	200	42,9
Итого:			231,7
Всего			1893

Администратор Рахимгулова С.Т
Диетсестра Сагаденова Д.К.

Утверждаю:
Директор ТОО "DIYARA LTD Company"
_____Асабаева Х.Д

Согласовано:
Директор "Международной школы города Астана"
_____Булатов А.Ж.

4-х недельное меню "Международная школа г.Астана"
АОО "Назарбаев Интеллектуальные школы"
Меню-осень
4 неделя 1-5 классы

Завтрак Среда 23.11.2022г

№ п/п	Наименование	выход	ккал
1.	Творожная запеканка со сметаной	60/10	176,5
2.	Каша пшенная молочная	200	187,9
3.	Хлеб с маслом	40/10	162,9
4.	Чай с лимоном	200	39,9
5.	Фрукт	200	182
Итого:			749,2
Обед			
1.	Салат из фунчезы	60	31,8
2.	Бульон куриный с гренками с гренками	200	160
3.	Лагман с говядиной/ рис	200	414,3
4.	Компот из сухофруктов	200	72,6
5.	Хлеб в ассортоменте	75/50	315,9
Итого:			994,6
Полдник			
1.	Кекс лимонный	60	134,7
2.	Кефир 2,5%/ чай	200	106
Итого:			240,7
Всего			1984,5

Администратор Рахимгулова С.Т
Диетсестра Сагаденова Д.К.

Утверждаю:
Директор ТОО "DIYARA LTD Company"
_____ Асабаева Х.Д.

Согласовано:
Директор "Международной школы города Астана"
_____ Булатов А.Ж

4-х недельное меню "Международная школа г.Астана"
АОО "Назарбаев Интеллектуальные школы"
Меню-осень
4 неделя 1-5 классы

Завтрак Четверг 24.11.2022г

№ п/п	Наименование	выход	ккал
1.	Каша ячневая	200	148,1
2.	Блины с джемом	50/15	83
3.	Хлеб с маслом	40/10	162,9
2.	Какао с молоком	200	65,3
4.	Фрукт	200	182
Итого:			641,3

Обед

1.	Салат из свежих овощей	60	58
2.	Суп мампар на костном бульоне	200	152,7
3.	Тушеное филе из индейки	80/20	229,8
4.	Картофельное пюре/гречка	150	224
5.	Отвар шиповника	200	55
6.	Хлеб в ассортаменте	75/50	315,9
Итого:			1035,4

Полдник

1.	Самса с мясом	60	179,7
2.	Витамиинный чай	200	46,7
Итого:			226,4
Всего			1903,1

Администратор Рахимгулова С.Т
Диетсестра Сагаденова Д.К.

Утверждаю:
Директор ТОО "DIYARA LTD Company"
_____Асабаева Х.Д.

Согласовано:
Директор "Международной школы города Астана"
_____Булатов А.Ж

4-х недельное меню "Международная школа г.Астана"
АОО "Назарбаев Интеллектуальные школы"
Меню-осень
4 неделя 1-5 классы

Завтрак Пятница 25.11.2022г

№ п/п	Наименование	выход	ккал
1.	Каша геркулесовая	200	113,1
2.	Пончики с вареньем	60/15	99,2
3.	Хлеб с маслом	40/10	162,9
4.	Чай с молоком	200	58,8
5.	Фрукт	200	92

Итого: 412,9

Обед

1.	Салат из б/к и краснокочанной капусты на р/масле	60	53,3
2.	Суп из овощей с фасолью на к/б	200	182,4
3.	Гуляш из говядины	80/20	159,5
4.	Рис /спагетти	150	166,8
4.	Компот из сухофруктов	200	70
5.	Хлеб пшен/жито	75/50	315,9

Итого: 947,9

Полдник

1.	Круассаны со сгущенкой	60	207,3
2.	Сок натуральный (зеленое яблоко)	0,2	110

Итого: 317,3

Всего 1678,1

Администратор Рахимгулова С.Т.
Диетсестра Сагаденова Д.К.