Утверждаю:
Директор ГУ «Гимназия №3 для одаренных детей» города Павлодара
_____ Куспекова К.М.
«__» _____ 2025 год

Перспективное – четырехнедельное меню

1 неделя					2 неделя				
Комплекс №1									
Понедельник-1	**Вторник-2**	**Среда-3**	**Четверг-4**	**Пятница-5**	**Понедельник-1**	**Вторник-2**	**Среда-3**	**Четверг-4**	**Пятница-5**
Плов из птицы -220 Яблоко-120 Салат морковный с сыром -80 Соус сметаный-20	Салат «Витаминный»-80 Соус сметаный-20	Рагу из курицы с отварными овощами-90	Биточки рыбные-90 Соус молочно-томатный-20	Борщ с мясом-250	Поджарка из птицы-90 Рис рассыпчатый с овощами-150	Ленивые голубцы с говядиной-220	Салат морковный с сыром-80 Жаркое по домашнему из мясо птицы-220	Котлеты рыбные-90 Соус молочно-томатный-20	Салат из белокачанной капусты и яблок-80 Суп гороховый с мясом-220
	Котлета из говядины-90 Макароны отварные-150	Гречка рассыпчатая-150 Яблоко-150	Картофельно-морковное пюре-150 Подгарнировка: горошек зеленый-25	Булочка бутербродная с сыром-50	Яблоко-120	Соус сметаный-20	Яблоко-120	Подгарнировка: горошек зеленый-25 Макароны отварные -150	Булочка с творогом-50
Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20
Чай каркадэ-200	Компот из сухофруктов с сахаром-200	Какао с молоком-200	Напиток лимонный-200	Напиток «Денсаулық»-200	Какао с молоком-200	Компот из сухофруктов с сахаром-200	Чай каркаде -200	Компот из свежих яблок-200	Напиток лимонный-200
1 неделя					**2 неделя**				
Комплекс №2									
Понедельник-1	**Вторник-2**	**Среда-3**	**Четверг-4**	**Пятница-5**	**Понедельник-1**	**Вторник-2**	**Среда-3**	**Четверг-4**	**Пятница-5**
Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20
Чай сладкий-200	Компот-200	Чай сладкий-200	Компот-200	Чай сладкий-200	Чай сладкий-200	Компот -200	Чай сладкий-200	Компот -200	Чай сладкий-200
Суп «Харчо»-250	Суп «Сырный»-250	Суп «Щи из свежей капусты»-220	Суп рыбный (семга)-220	Суп гороховый-250	Суп с клецками-250	Суп «Солянка»-250	Суп «Рассольник»-220	Борщ с мясом-220	Суп гороховый-250
Фетучини-220	Котлета из говядина-90 Гречка-150	Плов из мясо курицы-200	Овощное рагу из курицы-200	Жаркое по домашнему из птицы-200	Гуляж из птицы-100	Плов из мясо курицы-220	Жаркое по домашнему из мясо курицы-220	Котлета рыбная из семги-90	Гречка по купеческиий-200
Салат морковный-80	Салат из свежих овощей-80	Салат «Винегрет»-80	Салат свекольный с яблоком-80	Салат «Витаминный»-70	Салат из свежих овощей-80	Салат свекольный-80	Салат «Марковный с сыром»-80	Салат «Витаминка»-80	Салат из свежей капусты с яблоком-80

Утверждаю:
Директор ГУ «Гимназия №3 для одаренных детей» города Павлодара
_____ Куспекова К.М.
«__» _____ 2025 год

Перспективное –четырехнедельное меню

3 неделя					4 неделя				
Комплекс №1									
Понедельник-1	**Вторник-2**	**Среда-3**	**Четверг-4**	**Пятница-5**	**Понедельник-1**	**Вторник-2**	**Среда-3**	**Четверг-4**	**Пятница-5**
Салат морковь с яблоками-80 Паста Белоньезе из птицы-220	Соус сметаный-20 Гречка рассыпчатый с овощами-150 Котлеты из говядины-90	Салат из варенных овощей-80 Суп рисовый с мясом-220	Биточки рыбные-90 Соус молочно-томатный-20 Картофельно-морковное пюре-150	Рагу из птицы-220	Палочки из моркови и огурца-80 Плов из птицы-220	Ленивые голубцы с говядиной-220	Шницель из птицы-90 Гречка рассыпчатая-150 Яблоко-120	Рыба тушенная с овощами в сметанном соусе-90	Салат из варенных овощей-80 Булочка с творогом-50
Яблоко-50гр	Яблоко-120	Булочка бутербродная с сыром-50	Подгарнировка: горошек зеленый-25	Яблоко-120	Яблоко-120	Соус сметаный-20	Подгарнировка горошек зеленный-20	Кортофельно-марковное пюре-150	Суп макоронными изделями и мясом-220
Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20
Напиток «Денсаулык»-200	Чай сладкий-200	Напиток лимонный-200	Компот из свежих яблок -200	Какао с молоком-200	Какао с молоком-200	Компот из свежых яблок-200	Напиток из шиповника-200	Напиток «Денсаулық»-200	Напиток лимонный-200
3 неделя					**4 неделя**				
Комплекс №2									
Понедельник-1	**Вторник-2**	**Среда-3**	**Четверг-4**	**Пятница-5**	**Понедельник-1**	**Вторник-2**	**Среда-3**	**Четверг-4**	**Пятница-5**
Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20	Хлеб пшеничный-20
Чай сладкий-200	Компот-200	Чай сладкий-200	Компот-200	Чай сладкий-200	Чай сладкий-200	Компот -200	Чай сладкий-200	Компот -200	Компот-200
Суп «Харчо»-250	Суп «Сырный»-250	Суп «Щи из свежей капусты»-220	Суп рыбный (семга)-220	Суп гороховый-250	Суп с клецками-250	Суп «Солянка»-250	Суп «Рассольник-220	Борщ с мясом-220	Суп гороховый-250
Фетучини-220	Котлета из говядина-90 Гречка-150	Плов из мясо курицы-200	Овощное рагу из курицы-200		Гуляж из птицы-100 Гречка рассыпчатая-150	Плов из мясо курицы-220	Жаркое по домашнему из мясо курицы-220	Котлета рыбная из семги-90 Кортофельное пюре-150	Гречка по купеческиий-200
Салат морковный-80	Салат из свежих овощей-80	Салат «Винегрет»-80	Салат свекольный с яблоком-80	Салат «Витаминный»-70	Салат из свежих овощей-80	Салат свекольный-80	Салат «Марковный с сыром»-80	Салат «Витаминка»-80	Салат из свежей капусты с яблоком -80