

ПЕРСПЕКТИВНОЕ

одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания учащихся начальных классов в общеобразовательных школах за счет бюджетных средств на 2024 учебный год (лето-осень)

I Неделя

1-ый день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150/5	Молоко	120
		Рис	40
		Сахар песок	10
		Масло слив.	10
		Соль йодир.	1
Кондитерское изделие	40	Печенье	40
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай чёрный с молоком	200	Чай черный гранулированный	2
		Сахар	20
		Молоко	100
2-ой день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Салат из св. моркови	60	Морковь	90
		Масло раст.	12
		Соль йодир.	1
		Сахар	5
Куры тушеные	80	Куры	162
		Морковь	30
		Лук репчатый	30
		Зелень	2
		Томатная паста	4
		Соль йодир.	1
		м/с	7
Гарнир: макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив.	7
		Соль йодир.	1
Компот из св. яблок	200	Яблоки	45
		Сахар песок	20
		Лимонная кислота	2
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
3-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Суп гороховый	200	Горох	25
		Картофель	80
		Морковь	24

		Лук	8
		Грудинка говядина	40
		Соль йодир.	1
		М/с	10
		Зелень	2
Булочка сдобная с сыром	50/10	Мука пшеничная фортиф	60
		Сахар	20
		Молоко	15
		М/с	15
		Соль йодир.	1
		Куриное Яйцо	0,5
		М/р	3
		Сыр	11
		Дрожжи	3
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный	2
		Мед	20
4-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Тефтели из филе курин. с соусом	80	Куриное филе	78
		Мука пшеничная фортиф	8
		Рисовая крупа	12
		Куриное яйцо	0,5
		Масло подсолнеч.	4
		Лук репчатый	50
		Соль йодир.	1
Картофельное пюре	100	Картофель	160
		Молоко	75
		Соль йодир.	1
		Масло сливочное	7
Сок натур	200	Сок натур	200
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
5-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Св огурец	60	Св огурец	60
Мясные биточки (говядина и курица)	80	Мясо говядина	50
		Мясо кур	50
		Лук репчатый	24
		Масло подсолнечное	10
		Соль йодир.	1
		Хлеб	22,5
		Молоко	24
		Сухари	20
		Яйцо	0,5
Гречка отварная	100	Гречневая крупа	53

		Масло слив	7
		Соль йодир.	1
Чай черный сладкий	200	Чай черный гранулированный	2
		Сахар песок	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20

II Неделя

1-ый день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Суп «Домашняя лапша»	200	Картофель	80
		Макаронные изделия (лапша)	11
		Морковь	10
		Лук репчатый	10
		Масло сливочное	7
		Соль йодир.	1
		Суп набор курица	50
		Зелень	2
Кондитерское изделие	40	Печенье	40
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный	2
		Мед	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
2-ой день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Гарнир: гречка отвар	100	Крупа гречневая	53
		Масло слив.	7
		Соль йодир.	1
Куры тушеные	80	Куры	162
		Морковь	30
		Лук репчатый	30
		Зелень	2
		Томатная паста	4
		Соль йодир.	1
		М/с	7
Салат витаминный	60	Капуста	56,8
		Морковь	20
		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
Компот из св. яблок	200	Яблоки	45
		Сахар песок	20
		Лимонная кислота	2
3-й день			

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Каша молочная пшеничная	150/5	Молоко	120
		Пшено	40
		Сахар песок	10
		Масло слив	10
		Соль йодир.	1
Булочка сдобная с сыром	50/10	Мука пшеничная фортиф	60
		Сахар	20
		Молоко	15
		М/с	15
		Соль йодир.	1
		Куриное Яйцо	0,5
		М/р	3
		Сыр	11
		Дрожжи	3
Чай чёрный с молоком	200	Чай черный гранулированный	2
		Сахар	20
		Молоко	100
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
4-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Суп рыбный	200	Картофель	80
		Крупа пшеничная или рисовая	16
		Морковь	24
		Лук репчатый	8
		Рыба минтай	50
		Зелень	2
		Масло сливочное	10
		Соль йодир.	1
		Кондитерское изделие	40
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
Сок натур	200	Сок натур	200
5-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Тефтели (говядина и курица) с соусом	80	Мясо говядина	50
		Мясо кур	50
		Лук репчатый	50
		Масло подсолнечное	4
		Соль йодир.	1
		Рис	12
		Мука фортиф	8
		Яйцо куриное	0,5
		М/с	5
		Зелень	2
		Томатная паста	4
		Морковь	10

Макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив.	7
		Соль йодир.	1
Кисель	200	Кисель	24
		Сахар песок	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20

Утверждаю

Директор

КГУ «ШЛ им Ы.Алтынсарина»

Кенешова Р.А.

« 02 » 09 2024 год

Утверждаю

Директор

« ИП Калимбетов Д.Ж »

Калимбетов Д.Ж.

« 02 » 09 2024 год

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся начальных классов
в общеобразовательных школах
за счет бюджетных средств на 2024 год (лето-осень)

I неделя

1-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г
Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150\5	Молоко 2,5%	120
		Рис	40
		Сахарный песок	10
		Масло сливочное	10
		Соль пищевая йодированная	1
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано - пшеничный	20
Кондитерское изделие	40	Печенье	40
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай черный с молоком	200	Чай черный гранулированный	2
		Саха песок	20
		Молоко 2,5%	100

2-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г
Салат из свежей моркови	60	Морковь	90
		Сахар	5
		Масло подсолнечное	12
		Соль пищевая йод.	1
Куры тушеные	80	Куры	162
		Зелень	2

		Масло сливочное	2
		Масло подсолнечное	3
		Лук репчатый	30
		Морковь	30
		Томатная паста	4
		Соль пищевая йод.	1
Гарнир: макаронные изделия	100	Макароны	35
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	
Компот из свежих яблок	200	Яблоки	45
		Сахар песок	20

3-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп гороховый	200	Горох	25
		Картофель	80
		Грудинка говядина	40
		Морковь	24
		Лук репчатый	8
		Масло подсолнечное	2
		Масло сливочное	10
		Соль пищевая йод.	1
		Зелень	2
Булочка сдобная с сыром	50\10	Мука пшеничная фортиф	60
		Сахар песок	20
		Молоко	15
		Масло подсолнечное	15
		Соль пищевая йод.	1
		Куриное яйцо	0.5
		Сыр	11
		Масло сливочное	3
		Дрожжи	3
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р\п	20
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный	2
		мед	20

4-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто, г
Тефтели из филе курин. с соусом	80	Куриное филе	78
		Мука пшеничная фортиф	8
		Рисовая крупа	12
		Лук репчатый	50

		Масло подсолнечное	4
		Томатная паста	2
		Куриное яйцо	0.5
		Соль пищевая йодированная	1
Гарнир: картофельное пюре	100	Картофель	160
		Молоко	75
		Соль йодированная	1
		Масло сливочное	7
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р\п	20
Сок натуральный	200	Сок натуральный	200

5-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто, г
Свежий огурец	60	Свежий огурец	60
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
Мясные биточки (говядина и курица)	80	Мясо (говядина)	50
		Мясо курицы	50
		Куриное яйцо	0.5
		Молоко	24
		Лук репчатый	24
		Морковь	15
		Хлеб	22,5
		Масло подсолнечное	10
		Сухари	20
Гарнир: гречка отварная	100	Соль пищевая йод.	1
		Гречневая крупа	53
		Масло сливочное	7
Чай черный сладкий	200	Соль йодированная	1
		Чай черный гранулированный	2
		Сахар песок	20

II неделя

1-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп «Домашняя лапша»	200	Картофель	80
		Макаронные изделия(лапша)	11
		Масло сливочное	7
		Морковь	10
		Зелень	2
		Лук репчатый	10

		Соль йодированная	1
		Суп набор курица	50
Хлеб ржанно-пшеничный	20	Хлеб ржанно-пшеничный	20
Кондитерское изделие	40	Печенье	40
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный мед	2 20

2-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто, г
Куры тушеные	80	Куры	162
		Лук репчатый	30
		Томатная паста	4
		Масло подсолнечное	2
		Соль пищевая йод.	1
		Морковь	30
		Зелень	2
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Гарнир: гречка отварная	100	Крупа гречневая	53
		Масло подсолнечное	7
		Соль пищевая йодированная	1
Салат витаминный	60	Капуста	56,8
		Морковь	20
		Сахар	5
		Масло растительное	12
		Соль йодированная	1
Компот из свежих яблок	200	Сухофрукты	20
		Сахар	10

3-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто, г
Каша молочная пшенная	150/5	Молоко	120
		Пшено	40
		Масло сливочное	10
		Сахар песок	10
		Соль пищевая йод.	1
Булочка сдобная с сыром	50\10	Мука пшеничная фортиф	60
		Сахар песок	20
		Сыр	11
		Молоко	15

		Масло растительное	3
		Соль йодированная	1
		Куриное яйцо	0.5
		Масло сливочное	15
		Дрожжи	3
Чай черный с молоком	200	Чай черный	2
		Молоко	100
		Сахар песок	20
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20

4-день Внесены изменения в меню, рассмотрено на Попечительском совете
Протокол №1 от 02.09.2024г

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп рисовый с курицей	200	Картофель	90
		Крупа рисовая	20
		Морковь	10
		Лук репчатый	10
		Курица	40
		Куриное яйцо	4.5
		Масло подсолнечное	2
		Масло сливочное	2
		Соль пищевая йод.	1
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
Кондитерское изделие	40	Пряник	40
Сок натуральный	200	Сок	200

5-день

Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто, г	
Тефтели (говядина, курица) с соусом	80	Мясо говядина	50	
		Мясо кур	50	
		Мука пшеничная фортиф	8	
		Лук репчатый	50	
		Масло подсолнечное	4	
		Куриное яйцо	0.5	
		Соль йодированная	1	
			Рис	12
			Масло слив	5
			Зелень	2
	Томатная паста	4		
	Морковь	10		

Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
Гарнир: макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив	7
		Соль йодированная	1
Кисель	200	Кисель	24
		Сахар	20