

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

I Неделя

1-ый день

« ____ » _____ 2022 г.

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Салат витаминный с яблоками	100	Капуста	56,8
		Морковь	20
		Яблоко	20
		Масло раст	10
		Сахар	5
		Соль йодир	1
Плов из курицы	200	Грудка кур.	240
		Рис для плова	58
		Морковь	35
		Лук	36
		Томат	12
		Масло раст	12
		Соль йодир	0.006
Хлеб р/п	40	Хлеб	40
Кисель	200	Кисель	24
		Сахар	10
		Лимонка	0,0002
Калорийность, ккал		731	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

I Неделя

2-ой день

« ____ » _____ 2022 г.

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Салат витаминный с яблоком	100	Капуста	56,8
		Яблоко	20
		м/р	12
		сахар	5
		Морковь	20
		Соль йодир	1
Котлета мясная (говядина)	100	Мясо (говядина)	100
		Хлеб	22,5
		м/р	10
		Лук	10
		Соль йодир.	6
		Молоко	24
		Сухари	20
Гречка отварная	150	Крупа	60
		Масло слив.	5
		Соль йодир.	1
Чай с сахаром с молоком	200	Заварка	2
		Сахар	20
		Молоко	30
Хлеб р/п	40	Хлеб р/п	40
Калорийность, ккал		448	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

I Неделя

3-ий день

« ____ » _____ **2022 г.**

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Салат из моркови и яблока	100	Морковь	85
		Сахар	3
		Масло раст	5
		Соль йодир.	1
		Яблоко	30
Куры тушенные в томатном соусе	100	Куры	214
		Морковь	40
		Лук	42
		Масло слив	10
		Томат	5
Макаронные изделия	150	Соль йодир.	1
		Макар. изд.	51
		Масло слив	10
Компот из св.яблок	200	Соль йодир.	1
		Яблоки	45
		Сахар	20
Хлеб р/п	40	Лим.к-та	0,0002
		Хлеб р/п	40
Фрукты	100	Яблоко	150
Калорийность, ккал		448	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

I Неделя

4-ый день

« ____ » _____ 2022 г.

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Рыба в томатном соусе (минтай)	100	Минтай	168
		Морковь	10
		Лук	11
		Томат	3
		Соль йодир.	1
		м/р	15
Рис отварной	150	Рис	60
		Масло слив	7,5
		Соль йодир	1
Чай с медом	200	Заварка	2
		Мед	30
Хлеб р/п	40	Хлеб р/п	40
Фрукты	100	Яблоко	100
Сузбеше	100	Творож.масса	100
Калорийность, ккал		874	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
 Директор КГУ ОСШ №50
 _____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
 двухнедельное меню блюд
 для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
 в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

I Неделя

5-ый день

« ____ » _____ 2022 г.

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Суп с макар.изделиями	250	Картофель	100
		Макар.изделия	16
		Лук	25
		Соль йодир.	1
		морковь	20
		Масло слив.	4
		Мясо грудки (кур.) или бульон кур.	22
		м/р	3
Пирожок со сгущ.	70	Мука фор.в/с	55
		Сахар	15
		Соль йодир.	1
		дрожжи	2
		сгущенка	34
		молоко	50
		м/р	3
		Масло слив.	5
Хлеб р/п	40	Хлеб р/п	40
Салат помидоры, огурцы	100	Огурцы	72
		Помидоры	45
		м/р	10
		Соль йодир.	1
Компот из свежих фруктов	200	Яблоки	45
		Сахар	20
		Лимонка	0,0002
Калорийность, ккал		547	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

II Неделя

1-ый день

« ____ » _____ **2022 г.**

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Биточки мясные	100	Говядина	100
		Хлеб	22,5
		молоко	24
		сухари	22
		м/р	10
		Соль йодир.	1
		лук	10
Рис припущенный	150	Рис	60
		М/с	7,0
		Соль йодир.	1
Фрукты	100	Яблоко	100
Чай с медом	200	Мед	25
		заварка	2
Хлеб р/п	40	Хлеб р/п	40
Калорийность, ккал		648	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

II Неделя

2-ой день

« ____ » _____ 2022 г.

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Салат витаминный	100	Капуста	65
		Морковь	20
		Яблоко	20
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
		Масло растит.	10
Жаркое по-домашнему	250	Говядина	110
		Картоф.	200
		Морковь	45
		Лук	51
		Томат	10
		М/р	15
		Соль йодир.	1
Компот из св.фруктов	200	Яблоки	45
		Сахар	20
		Лимонка	0,002
Хлеб р/п	40	Хлеб р/п	40
Калорийность, ккал		528	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

II Неделя

3-ий день

« ____ » _____ 2022 г.

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Суп вермишелевый	250	Картофель	100
		Морковь	20
		Макар.изделия	16
		Картофель	80
		Мясо груд. или бульон кур.	22
		Лук	25
		Масло слив.	4
		Соль йодир.	1
		Масло растит.	3
Ватрушка с творогом	100	Мука форт.	55
		Дрожжи прес	2
		Молоко	50
		Сахар	20
		м/с	5
		Соль йодир	1
		Творог	52,5
Фрукты	150	Яблоко	150
Сок натуральный	200	Сок натуральный	200
Хлеб р/п	40	Хлеб р/п	40
Калорийность, ккал		614	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

II Неделя

4-ый день

« ____ » _____ 2022 г.

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Салат из моркови с яблоком	100	Морковь	85
		Яблоко	30
		Сахар	3
		Масло раст	5
		Соль йодир.	1
Рыба в соусе	100	Минтай	168
		Морковь	10
		Лук	11
		Томат	3
		Масло раст	15
		Соль йодир.	1
Гречка отварная	150	Гречка	60
		Масло слив	7,5
		Соль йодир.	1
Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	45
		Сахар	20
		Лимонка	0,002
Хлеб р/п	40	Хлеб р/п	40
Калорийность, ккал		744	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

Утверждаю:
Директор КГУ ОСШ №50
_____ Касимов Е.Т.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся 5-9 классов из социально-уязвимых слоев населения
в общеобразовательных школах за счет средств фонда «Всеобуч» на 2022 год

II Неделя

5-ой день

« ____ » _____ 2022 г.

Наименования блюд	Выход блюда, г 5-11 кл	Ингредиенты	Брутто, г
Салат витаминный	100	капуста	65
		морковь	20
		м/р	10
		Яблоко	20
		сахар	5
		Соль йодир.	1
Плов из курицы	250	Курица потрошенная	134
		рис	80
		Соль йодир.	1
		м/р	18
		лук	35
		морковь	52
		томат	12
Хлеб р/п	40	Хлеб р/п	40
Кисель	200	Кисель	24
		сахар	10
		Лим.к-та	0,0002
Сузбеше	100	Творож.масса	100
Калорийность, ккал		704	

Мед. работник _____ Ковшова И.Ю.

Поставщик горячего питания _____ Аманжолова С.О.

