Бекітемін
№6 ЖББМ КММ директоры
М.Б. Сулейменов _____
«__» _____ 2023 г.

2023-2024 оқу жылына арналған жалпы білім беретін мектептерде бастауыш сыныптары 1-4 сынып бюджеттік есептен тамақтанатын ЕКІ АПТАЛЫҚ ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ Ас мәзірі

I неделя, 1-ый день (Жаз-күз)

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп гороховый мясо говядины	200	Картофель	80
		Горох	16
		Морковь	24
		лук	24
		Масло сливочное	4
		Мясо говядины груд. на м/к. бульоне	40
		Соль йодир	1
		м\р	4
Хлеб с сыром, маслом	20/10/10	Хлеб р\п 20	20
		сыр	10
		Масло слив.	10
		сыр	22
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с сахаром с молоком	200	Заварка	2
		Сахар	10
		Молоко	20
2-ой день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	150/5	Молоко	130
		Рис	20
		Пшено	20
		Сахар	10
		Соль йодир	0,001
		Масло сливочное	10
Чай с медом	200	Заварка	2
		Мед	20
Запеканка творожная	200	Мука пшеничная Форт.	72
		Сахар- песок	36
		Масло сливочное	30
		Соль	0,4
		творог	64
		ванилин	0,1
Хлеб- ржано пшеничный	40	Хлеб	40
3-й день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Салат овощной из св.капусты, моркови, огурцов	60	Капуста	41,8
		огурцы	15
		Морковь	20
		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир	1
Плов с курицей	150	Курица	122

		рис	60
		Соль иодированная	0,001
		Масло раст	13
		лук	23
		морковь	23
		Томат	9
Кисель п/ягодный	200	Кисель	24
		Сахар	10
		Крахмал	12
		Лимон . кис.	0,0002
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
4-й день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Котлета рыбная	80	Минтай	132
		Хлеб пшен	20
		молоко	45
		сухари	12
		Масло раст	10
		Масло слив	4
		Соль иодир.	0,001
Картофельное пюре	100	Картофель	160
		Молоко	75
		Соль	0,001
		Масло сливочное	3
Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	20
		Сахар	20
		Лимонка	0,002
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40
5-ый день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Салат из св. капусты, свеклы	60	Капуста свежая	48
		Свекла	250
		Сахар песок	3
		Масло растит.	5
		Соль йодированная	1
Биточки мясные (говядина/курица)	80	Мясо котлетное (говядина/курица)	100
		Хлеб	22,5
		Молоко	24
		Лук репчатый	10
		Масло раст	10
		Сухари	20
		Соль иодир.	1
Гречка отварная	100	Крупа	60
		Масло сливочное	20
		Соль иодир.	1
Сок натуральный	200	Сок натур	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р/п	20
2 неделя			
1 день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Суп лапша мясо говядины	200	Картофель	180
		лапша	11
		Картофель св	54
		Морковь	10
		Лук репчатый	10
		Масло растительное	2
		Соль	
		Мясо говядины груд	40
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40

Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с молоком с сахаром	200	Заварка	2
		Сахар	10
		Молоко	20
Хлеб ржано-пшеничный		Хлеб ржано-пшеничный	20
2 день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Плов с курицей	150	курица	122
		рис	60
		Соль йодированная	0,001
		Масло растительное	13
		Лук	23
		Марковь	23
		томат	
Салат овощной	60	Капуста	56,8
		Морковь	20
		Масло растительное	12
		Сахар	5
		Соль йодированная	1
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
Чай с сахаром	200	Заварка	2
		Сахар	20
3-й день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	150/50	Молоко	120
		Крупа кукурузная	40
		Масло сливочное	5
		Сахар	8
		Соль	0,8
Запеканка творожная	150	Мука пшеничная форт.	54
		Сахар песок	27
		Масло сливочное	22
		соль	0,3
		Творог	48
		ванилин	0,1
Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	20
		Сахар	20
		Лимонка	0,002
Хлеб ржано-пшеничный	20		20
4- й день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Суп рыбный	200	Картофель	80
		Крупа (рис,пшено)	4
		Морковь	6
		Лук репчатый	8
		Рыбные консервы в масле	25
Хлеб с сыром	20	Хлеб р/п	20
		Сыр	10
Сок натуральный	200	Сок натуральный	200
5-ый день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Тефтели мясные (говядина,курица)	80	Мясо котлетное (говядина, курица)	78
		Рис	8
		Мука	12
		Лук репчатый	50
		Масло раст	4
		Томатная паста	6
		соль	0,2
Макаронные изделия	100	Макароны	35

		Масло сливочное	5
Кисель п/ ягодный	200	Кисель	24
		сахар	10
		Крахмал	12
		Лимон. кис	0,002
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20

**Решением Попечительского совета школы могут внести измен*

ения в меню на 10 % с соблюдением норм и требований санитарных правил.