

Утверждаю:

Директор КГУ «Гимназия
им. К.И.Дуржанова»
Отдела образования
г. Караганды, Управления
Образования
Карагандинской области
Лемешко В.В.



Утверждаю:

Директор
ТОО «Каздаму-15»

Голев И.Н.



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 пшённая или рисовая	16
		Морковь	24
		Лук репчатый	8
		Рыба минтай	50
		Зелень	2
		Масло сливочное	10
		Соль йодир.	1
Кондитерское изделие	40	Пряник	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

