

БЕКІТЕМІН:
 Қарағанды облысы білім
 басқармасының Қарағанды қаласы
 білім бөлімінің «№87 НОМ» КММ
 Директоры Ш.Б. Жангабулова
 « 08 » 09 2024 ж.



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
		Компот из св. яблок	200	Масло слив.	7
Соль йодир.	1				
Яблоки	45				
Сахар песок	20				

Хлеб р-п	20	Лимонная кислота	2
		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 рп	20

II Неделя

I-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 рп	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		
Чай чёрный с молоком	200	Дрожжи	3		
		Чай черный гранулированный	2		
		Сахар	20		
Хлеб р-п	20	Молоко	100		
		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
		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