



УТВЕРЖДАЮ

директор ОШ Батык

Абдыкул Б.С.

09. 2023г

### ПЕРСПЕКТИВНОЕ

одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания учащихся начальных классов в общеобразовательных школах за счет бюджетных средств на 2023-2024 учебный год (лето-осень)

#### I Неделя

1-ый день			
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
		мр	4
Хлеб с сыром, маслом слив.	20/10/10	Хлеб р/п	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	17
		Пшено	17
		Сахар	8
		Масло слив	8
		Соль йодир.	0,001
		Масло сливочное	5
		Запеканка творожная	150
Сахар- песок	27		
Масло сливочное	22		
Соль	0,3		
Творог	48		
Хлеб р-п	20	Ванилин	0,1
		Хлеб р/п	20
Чай с медом	200	Заварка	2
		Мед	15

<b>3-й день</b>					
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 йодир.	0,001		
		Масло растительное	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		
<b>4-й день</b>					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Борщ	200	Картофель	80		
		Крупа (рис, пшено)	4		
		Морковь	6		
		Лук репчатый	8		
		Говядина	25		
		Соль йодир.	0.0010		
Компот из сухофруктов	200	Сухофрук.	20		
		Сахар	20		
		Лимонка	0.002		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20		
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40		
<b>5-й день</b>					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Салат из капусты св. , свеклы	60	Капуста св.	48		
		Свекла	250		
		Сахар песок	3		
		Масло растит.	5		
		Соль йодированная	1		
		Биточки мясные(говядина/курица) \котлета	80	Мясо котлетное (говядина, курица)	100
Хлеб	22,5				
Молоко	24				
Лук репчатый	10				
Масло раст.	10				
Сухари	20				
Соль йодир	1				
Гречка отварная	100			Крупа	60
				Масло слив	5
		Соль йодир	1		
Сок натур	200	Сок натур	200		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20		





УТВЕРЖДАЮ  
директор ОШ Батык

Абдыкул Б.С  
« 29. » 2023г

### ПЕРСПЕКТИВНОЕ

одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания учащихся начальных классов в общеобразовательных школах за счет бюджетных средств на 2023-2024 учебный год (лето-осень)

#### II Неделя

1-ый день					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Суп лапша мясо говядины	200	Картофель	80		
		Лапша	11		
		Картофель свежий	54		
		Морковь	10		
		Лук репчатый	10		
		Масло растительное	2		
		Соль	1,5		
		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	20		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20		
2-ой день					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Плов с курицей	150	Курица	122		
		рис	60		
		Соль йодир.	0,001		
		Масло растительное	13		
		лук	23		
		морковь	23		
		томат	9		
		Капуста	56,8		
		Морковь	20		
Салат овощной	60	Масло раст.	12		
		Сахар	5		
		Соль йодир.	1		
		Хлеб ржано-пшеничный	20		
		Чай с сахаром	200	Заварка	2
Чай с сахаром	200	Сахар	20		
		3-й день			
		Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	150/5	Молоко	120		
		Крупа кукурузная	40		
		Масло сливочное	5		

		Сахар	8
		соль	0,8
Запеканка творожная	150	Мука пшеничная фортифицированная	54
		Сахар- песок	27
		Масло сливочное	22
		Соль	0,3
		Творог	48
		Ванилин	0,1
Компот из сухофруктов	200	Сухофрук.	20
		Сахар	20
		Лимонка	0.002
Хлеб ржано-пшеничный	20		20
<b>4-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто, г</b>
Суп рыбный	200	Картофель	80
		Крупа (рис, пшено)	4
		Морковь	6
		Лук репчатый	8
		Рыбные консервы в масле, или натур	25
Хлеб с сыром	20\10	Хлеб р\п	20
		Сыр	10
Сок натур	200	Сок натур	200
<b>5-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто, г</b>
Тефтели мясные (говядина, курица)с соусом	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 слив.	5
Кисель п/ягодный	200	Кисель	24
		Сахар	10
		Крахмал	12
		Лимон. кис.	0.0002
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20