



УТВЕРЖДАЮ

директор ОШ Батык

Абдыкул Б.С

09. 2023г

ПЕРСПЕКТИВНОЕ

одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд

для организации питания учащихся 5-11 классов из социально-уязвимых слоев населения в

общеобразовательных школах

за счет средств фонда «Всеобуч» на 2023-2024 учебный год (лето-осень)

I Неделя

1-ый день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат витаминный	100	Капуста	56,8
		Морковь	20
		Яблоко	20
		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
		Картофель	90
Суп гороховый мясо говядины	250	Горох	25
		Морковь	24
		Лук	8
		Масло сливочное	4
		Мясо говядины груд.	58
		Соль йодир.	2
		м/р	4
Хлеб с сыром, маслом слив.	20/10/10	Хлеб р/п	20
		Сыр	10
		Масло сливочное	10
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с молоком с сахаром	200	Заварка	2
		Молоко	20
2-ой день		Сахар	10
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	200	Рис	20
		Пшено	20
		Сахар	10
		Масло слив	10
		Соль йодир.	0.001
		Масло сливочное	10
		Заварка	2
Чай с медом	200	Мед	20
		Мука пшеничная фортифицированная	72
Запеканка творожная	200	Сахар- песок	36
		Масло сливочное	30
		Соль	0,4
		Творог	64
		Ванилин	0,1
		Хлеб ржано-пшеничный	40
3-ой день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат овощной из св.капусты, моркови, огурцов	100	Капуста	56,8
		Морковь	20
		Огурцы	20

		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
		Соль йодир.	240
Плов с курицей	200	Курица груд	80
		рис	0,001
		Соль йодир.	18
		Масло растительное	35
		лук	35
		морковь	12
		томат	
Сузбеше	100		20
Хлеб р/п с маслом сливочным	20/10	Хлеб р/п	10
		Масло сливочное	24
Кисель п/ягодный	200	Кисель	10
		Сахар	12
		Крахмал	12
		Лимон. кис.	0.0002
4-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат витаминный	100	Капуста	55
		Морковь	15
		Яблоко	15
		Масло раст.	14
		Сахар	6
		Соль йодир.	1
Борщ	250	Картофель	100
		Крупа (рис, пшено)	6
		Морковь	10
		Лук репчатый	10
		Говядина	30
		Соль йодир.	0.0015
Компот из сухофруктов	200	Сухофрук.	20
		Сахар	20
		Лимонка	0.002
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40
5-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат из капусты св. , свеклы	100	Капуста св.	88
		Свекла	40
		Сахар песок	4
		Масло растит.	8
		Соль йодированная	1
Биточки мясные(говядина, курица)\ котлета	100	Мясо котлетное (говядина, курица)	100
		Хлеб	22,5
		Молоко	24
		Лук репчатый	10
		Масло раст.	10
		Сухари	20
		Соль йодир	1
Гречка отварная	150	Крупа	60
		Масло слив	8
		Соль йодир	1
Сок натур	200	Сок натур	200
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40



УТВЕРЖДАЮ

директор ОШ Батык

Абдыкул Б.С

09. 2023г

ПЕРСПЕКТИВНОЕ

однодневное двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд

для организации питания учащихся 5-11 классов из социально-уязвимых слоев населения в общеобразовательных школах

за счет средств фонда «Всеобуч» на 2023-2024 учебный год (лето-осень)

II Неделя

1-ый день					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Суп лапша (мясо говядины, курицы)	250	Лапша	13		
		Картофель свежий	67		
		Морковь	12		
		Лук репчатый	12		
		Масло растительное	3		
		Соль	2		
		Мясо говядина груд. (курица)	58		
		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	40	Хлеб ржано-пшеничный	40		
2-ой день					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Плов с курицей	200	Курица груд	240		
		рис	80		
		Соль йодир.	0,001		
		Масло растительное	18		
		лук	35		
		морковь	35		
		томат	12		
		Салат овощной	100	Капуста	70
		Морковь	30		
		Масло раст.	12		
		Сахар	5		
		Соль йодир.	1		
		Сузбеше	100	Творожная масса	100
		Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Компот из сухофруктов	200	Сухофрук.	20		
		Сахар	20		
		Лимонка	0.002		
3-й день					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Жаркое по- домашнему мясо говядины	250	Мясо (говядина)	110		
		Картофель	200		
		Морковь	45		
		Лук	51		

		Соль	1
		Томат	10
		м/р	15
Запеканка творожная	200	Мука пшеничная фортифицированная	72
		Сахар- песок	36
		Масло сливочное	30
		Соль	0,4
		Творог	64
		Ванилин	0,1
Чай с медом	200	Заварка	2
		Мед	20
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
4-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат витаминный	100	Капуста	56,8
		Морковь	20
		Яблоко	20
		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
Суп рыбный	250	Картофель	100
		Крупа (рис, пшено)	6
		Морковь	10
		Лук репчатый	10
		Рыбные консервы в масле, или натур	30
Хлеб с сыром	20\10	Хлеб р/п	20
		Сыр	10
Сок натур	200	Сок натур	200
5-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат из капусты св. , свеклой	100	Капуста св.	88
		Свекла	40
		Сахар песок	4
		Масло растит.	8
		Соль йодированная	1
Тефтели мясные говядина, курица с соусом	100	Мясо котлетное (говядина, курица)	100
		Рис	10
		Мука	15
		Лук репчатый	60
		Масло раст.	5
		Томатная паста	8
		соль	0,3
Макаронные изделия	150	Макароны	50
		Масло слив.	7
Кисель п/ягодный	200	Кисель	24
		Сахар	10
		Крахмал	12
		Лимон. кис.	0.0002
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40