



Утверждаю

И.о. директора КГУ «ОШ(РЦ)

КШЯС пос.Шашубай

Бегдербекова Б.К.

2023 год

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			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Суп гороховый мясо гов	200	Мясо гов	44
		Морковь	24
		Лук	26
		Масло слив	5
		Картоф	100
		М.растит	12
		Соль йодир	1
Хлеб с маслом, сыром	20/10/22	Хлеб	20
		Масло слив	10
		Сыр	22
Яблоко	150	Яблоко	150
Чай с молоком, сахаром	200	Чай	2
		Сахар	10
		Молоко	50
2 день			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Каша молочная Дружба	150/5	Молоко	130
		Рис	17
		Пшено	17
		Сахар	8
		М.слив	8
		Соль	1
Чай с медом	200	Чай	2
		Мед	15
		Мука	54
Запеканка творожная	150	Сахар	27
		М.слив	22
		Соль	1
		Творог	55
		Яйцо	7
		Ванилин	0,1
Хлеб р/п	20	Хлеб р/п	20
3 день			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Салат овощной из св капусты, моркови, огурцов	60	капуста	41
		огурцы	15
		Морковь	20
		М.растит	6
		сахар	1
		соль	1
Плов с курицей	150	Курица груд	122

		рис	60
		соль	1
		М.растит	8
		лук	20
		морковь	23
		томат	9
Кисель п/ягодный	200	Кисель	24
		Сахар	10
		крахмал	5
		Лимон. кисл	0,0002
Хлеб р/п	20	Хлеб р/п	20
4 день			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Котлета рыбная	80	Рыба	100
		хлеб	20
		молоко	10
		М.растит	6
		М.слив	4
		Соль	1
		сухари	5
Картофельное пюре	100	Картофель	140
		Молоко	10
		М.слив	3
		Соль	1
Компот из с/фруктов	200	с/фрукты	20
		лимонка	0,0002
		Сахар	20
Хлеб р/п	20	Хлеб р/п	20
Печенье сахарное	40	Печенье	40
5 день			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Салат из капусты и свеклы	60	Капуста	45
		Свекла	25
		Сахар	2
		М.растит	5
		соль	1
Биточки мясные (гов, курица)	80	Мясо котлетное курица	81
		Хлеб	15
		Молоко	10
		Лук	8
		М.растит	10
		Сухари	9
		Соль	1
Гречка отварная	100	Крупа	60
		М.слив	5
		соль	1
Сок натур	200	сок	200
Хлеб р/п	20	Хлеб р/п	20

2 неделя

1-ый день			
Наименование блюд	Выход блюд,	Ингредиенты	Брутто,г

	г		
Суп лапша мясо гов	200	Мясо гов	38
		соль	1
		лапша	11
		морковь	10
		картоф	80
		лук	10
		М.растит	2
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40
Яблоко	150	Яблоко	150
Чай с молоком, сахаром	200	Чай	2
		Сахар	10
		Молоко	20
2 день			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Плов с курицей	150	рис	60
		курица	122
		томат	9
		морковь	23
		лук	23
		М.растит	13
		соль	1
Салат овощной	60	капуста	57
		сахар	5
		морковь	20
		М.растит	12
		соль	1
Чай с сахаром	200	чай	2
		сахар	20
Хлеб р/п	20	Хлеб р/п	20
3 день			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Каша молочная кукурузная	150/5	молоко	120
		крупа	40
		М.слив	10
		сахар	8
		соль	1
Запеканка творожная	150	мука	54
		соль	1
		творог	48
		ванилин	1
		М.слив	22
		сахар	27
		яйцо	8
Компот из с/фруктов	200	с/фрукты	20
		лимонка	0,0002
		Сахар	20
Хлеб р/п	20	Хлеб р/п	20
4 день			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Котлета рыбная	80	Рыба	120
		Хлеб	20

		Соль	2
		М.слив	4
		М.растит	10
		Молоко	20
		Сухари	12
Гречка отварная	100	Гречка	60
		М.сливоч	5
Хлеб с сыром	20/10	хлеб	20
		сыр	10
Сок натур	200	сок	200
5 день			
Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
тефтели мясные говядина) с соусом	80	Мясо котлетное говядина	78
		рис	8
		томат	6
		Лук	50
		М.растит	5
		Соль	1
		сухари	13
Макар изделия	150	макарроны	35
		М.слив	5
		соль	1
Кисель п/ягодный	200	кисель	24
		сахар	10
		крахмал	12
		Лимонная к-та	0,0002
Хлеб р/п	20	Хлеб р/п	20