

Бекітемін
Директордың м.а. Т. Кантарбаев



**“Ж.Ақбай атындағы негізгі орта мектебі”КММ бойынша
1-4 сынып оқушыларының Ас мәзірі**

02 қыркүйек 2024 жыл

1 апта. 1 күн

Наименования блюдов	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.	i
Кондитерское изделие	40	Печенье	40
Хлеб р-п	20	Хлеб рп	20
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай чёрный с молоком	200	Чай чёрный гранулированный	2
		Сахар	20
		Молоко	100

**“Ж.Ақбай атындағы негізгі орта мектебі”КММ бойынша
1-4 сынып оқушыларының Ас мәзірі**

03 қыркүйек 2024 жыл

1 апта. 2 күн

Наименования блюдов	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
		Макаронные изделия	35
Гарнир: макаронные изделия	100	Масло слив.	
		Соль йодир.	1
		Яблоки	45
Компот из св.яблок	200	Сахар песок	20
		Лимонная кислота	2
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20

**“Ж.Ақбай атындағы негізгі орта мектебі” КММ бойынша
1-4 сынып оқушыларының Ас мәзірі**

06 қыркүйек 2024 жыл

1 апта. 3 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г	
Суп гороховый	200	Горох	25	
		Картофель	80	
		Морковь	24	
		лук	8	
		Грудника 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	20	Хлеб р/п	20
Чай с медом	200	200	Чап черный гранулированный	2
			Мед	20

**“Ж.Ақбай атындағы негізгі орта мектебі”КММ бойынша
1-4 сынып оқушыларының Ас мәзірі**

05 қыркүйек 2024жыл

1 апта. 4 күн

Наименования блюда	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

“Ж.Ақбай атындағы негізгі орта мектебі”КММ бойынша
1-4 сынып оқушыларының Ас мәзірі

06 қыркүйек 2024жыл

1 апта. 5 күн

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Св огурец	60	Св огурец	60
Мясо говядина	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	Гречка отварная	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

2 апта. 1 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп «Домашняя лапша»	200	Картофель	80
		Макаронные изделие(лапша)	11
		Морковь	10
		Лук репчатый	10
		Масло сливочное	7
		Соль йодир.	1
		Суп набор курица	50
		Зелень	2
Кондитерское изделие	40	Кондитерское изделие	40
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный	2
		Мед	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р-п	20

2 апта. 2 күн

Наименования блюд:	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Гарнир: гречка отварная	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 овощной	60	Капуста	56.8
		Морковь	20
		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
Хлеб р-п	20	Хлеб рп	20
Компот из св. яблок	200	Яблоки	45
		Сахар песок	20
		Лимонная кислота	2

2 апта. 3 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Каша молочная пшеничная	150	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

2 апта. 4 күн

Наименования блюда	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
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
Кондитерское изделие	40	Пряник	40
Сок натур	200	Сок натур	200

2 апта. 5 күн

Наименования блюда	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
Гарнир: макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив.	7
		Соль йодир.	1
Кисель	200	Кисель	24
		Сахар песок	20
Хлеб р-п	20	Хлеб рп	20