

Бекітемін
Директордың м.а. Т.Кантарбаев

**“Ж.Ақбай атындағы негізгі орта мектебі” КММ бойынша
Көп балалы, жекелеген санат отбасы балаларының
Ас мәзірі**

02 кыркүйек 2024жыл

1 апта. 1 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Каша молочная рисовая	200	Молоко	140
		Рис	45
		Сахар песок	12
		Масло слив	12
		Соль иодир.	1
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай чёрный с молоком	200	Чай иерный гранулированный	2
		Сахар	20
		Молоко	100
Сузбеше	100	Сузбеше	100

1 апта. 2 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат из св. моркови	120	Морковь	120
		Масло раст.	12
		Соль йодир.	1
		Сахар	5
Куры тушеные	100	Куры	189
		Морковь	35
		Лук репчатый	35
		Зелень	2
		Томатная паста	5
		Соль йодир.	1
		М/с	8
		Макаронные изделия	53
Гарнир: макаронные изделия	150	Масло слив.	8
		Соль подир.	1
		Яблоки	45
Компот из св.яблок	200	Сахар песок	20
		Лимонная кислота	2
		Хлеб р\п	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20

1 апта. 3 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г	
Суп гороховый	250	Горох	30	
		Картофель	100	
		Морковь	30	
		Лук	15	
		Грудинка говядина	40	
		Соль йодир.	1	
		М/с	12	
		Зелень	2	
		Булочка сдобная с сыром	50/10	Мука пшеничная фортиф
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
Чай с медом	200	200	Чай черный гранулированный	2
			Мед	20
			Яблоко	100
Фрукты	100			

1 апта. 4 күн

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Тефтели из филе курин.с соусом.	100	Куриное филе	98
		Мука пшеничная фортиф	10
		Рисовая крупа	18
		Куриное яйцо	0,5
		Масло подсолнеч.	5
		Лук репчатый	60
		Соль йодир.	1
Картофельное пюре	150	Картофель	200
		Молоко	85
		Соль йодир.	1
		Масло сливочное	7
Сок натур	200	Сок натур	200
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20

1 апта. 5 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Св огурец	100	Св огурец	100
Мясные биточки (говядина и курица)	100	Мясо говядина	55
		Мясо кур	55
		Лук репчатый	24
		Масло подсолнечное	10
		Соль йодир.	1
		Хлеб	25
		Молоко	24
		Сухари	20
Гречка отварная	150	Яйцо	0,5
		Гречка отварная	69
		Масло слив	8
Чай черный сладкий	200	Соль йодир.	1
		Чай черный гранулированный	2
		Сахар песок	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
Фрукты	100	Яблоко	100

2 апта. 1 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп «Домашняя лапша»	250	Картофель	100
		Макаронные изделие(лапша)	15
		Морковь	15
		Лук репчатый	15
		Масло сливочное	8
		Соль йодир.	1
		Суп набор курица	50
		Зелень	2
Сузбеше	100	Сузбеше	100
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 блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Гарнир: гречка отварная	150	Крупа гречневая	69
		Масло слив.	8
		Соль йодир.	1
Куры тушеные	100	Куры	159
		Морковь	35
		Лук репчатый	35
		Зелень	2
		Томатная паста	
		Соль йодир.	5
		М/с	7
Салат овощной	100	Капуста	94
		Морковь	30
		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

2 апта. 3 күн

Наименования блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Каша молочная пшеничная	200	Молоко	140
		Пшено	45
		Сахар песок	12
		Масло слив	12
		Соль йодир.	1
Фрукты	100	Яблоко	100
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	250	Картофель	100
		Крупа пшённая или рисовая	20
		Морковь	30
		Лук репчатый	15
		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 блюдо	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Тефтели (говядина и курица)с соусом	100	Мясо говядина	55
		Мясо кур	55
		Лук репчатый	60
		Масло подсолнечное	5
		Соль йодир.	1
		Рис	18
		Мука фортиф	10
		Яйцо куриное	0,5
		м/с	5
		Зелень	2
		Томатная паста	5
Гарнир: макаронные изделия	150	Макаронны	53
		Масло слив.	8
		Соль йодир.	1
Кисель	200	Кисель	24
		Сахар песок	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р-п	20
Фрукты	100	Яблоко	100