

Утверждаю  
 КГУ ОШ им. Ы Алтынсарина  
 Директор  Бисолтан А  
 2024 год



## ПЕРСПЕКТИВНОЕ

**Одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания  
 учащихся начальных классов в общеобразовательных школах  
 за счет бюджетных средств на 2024-2025 учебный год (лето-осень)**

### 1 Неделя

6(7)-10лет			
1-ый день			
Наименования блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г
Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150\5	молоко	120
		рис	40
		Сахар песок	10
		Масло сливочное	10
		Соль йодир.	1
		печенье	40
		Хлеб р-п	20
Кондитерское изделия	40	Хлеб р\п	20
Хлеб р-п	20	яблоко	150
Фрукты	150	Чай черный гранулированный	2
Чай черный с молоком	200	Сахар	20
		Молоко	100
2-ой день			
Наименования блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г
Салат из моркови	60	Морковь	90
		Сахар	5
		Масло раст	12
		Соль йодир.	1
		Масло сливочное	5
Куры тушеные	80	Куры	162
		Морковь	30
		Лук репчатый	30
		Зелень	2
		Томатная паста	4
		Соль йодир	1
		м\с	7
		Макаронные изделия	100

		Масло слив.	7
		Соль йодир	1
Компот из св.яблок	200	Яблоки	2
		Сахар песок	15
		Лимонная кислота	2
Хлеб р\п	20	Хлеб р\п	20
<b>3-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда,г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>
Суп гороховый (мясо говядины)	200	Картофель	25
		Горох	80
		-Марковь	24
		Лук	8
		Масло сливочное	4
		Грудинка 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
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный	2
		мед	20
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
<b>4-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда,г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>
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
Картофельная пюре	100	Картофель	160
		Молоко	75
		Соль	1
		Масло сливочное	7
Сок натуральный	200	Сок натуральный	200
Хлеб пшено-пшеничный	20	Хлеб пшено-пшеничный	20
<b>5-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда,г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>

Св огурец	60	Св огурец	60
Биточки мясные	80	Мясо говядина	50
		Мясо курин	50
		Молоко	24
		Лук репчатый	24
		Масло подсолн.	10
		Сухари	20
		Соль йодир.	1
		хлеб	22.5
		Яйцо	0.5
Гречка отварная	100	Гречневая крупа	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 Неделя

1-ый день					
Наименования блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г		
Суп Домашняя лапша	200	Картофель	80		
		Макаронные изделия (Лапша)	11		
		Марковь	10		
		Лук репчатый	10		
		Масло сливочное	7		
		Соль йодир	1		
		Суп набор курица	50		
		Зелень	2		
		Кондитерское изделие	40	Печенье	40
		Фрукты	150	яблоко	150
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный	2		
		мед	20		
Хлеб р\п	20	Хлеб р\п	20		
2-ой день					
Наименования блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г		
Гарнир: гречка отвар	100	Крупа гречневая	53		
		Масло слив	7		
		Соль йодир	1		
Куры тушеные		Куры	162		
		Марковь	30		
		Лук репчатый	30		
		Зелень	2		
		Томатная паста	4		
		Соль йодир	1		
		Мс	7		
Салат витаминный	60	Капуста	56.8		

		Марковь	20
		Раст.масло	12
		Сахар	5
		Соль йодированная	1
Хлеб р\п	20	Хлеб р\п	20
Компот из св яблок	200	яблоки	45
		Сахар песок	20
		Лимонная кислота	2
<b>3-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда,г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>
Каша молочная пшениная	150\5	Молоко	120
		Крупа Пшено	40
		Масло слив	10
		Сахар	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 черный с молоком	200	Чай черный гранулированный	2
		Сахар	20
		молоко	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	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)	16
		марковь	24
		Лук репчатый	8
		Рыба минтай	50
		Зелень	2
		Масло сливочное	10
		Соль йодир	1
Кондитерское изделие	40	Пряник	40
Сок натуральный	200	Сок натуральный	200
Хлеб р-п	20	Хлеб р-п	20
<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 говядина	50
		Мясо кур	50
		Лук репчатый	50
		Масло подсолн.	4

		Соль йодир	1
		Рис	12
		Мука фортиф	8
		Яйцо куриное	0.5
		м\с	5
		зелень	2
		Томатная паста	4
		Марковь	10
Макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив	7
		Соль йодир	1
Кисель	200	Кисель	24
		Сахар	20
		Крахмал	12
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20

