



ТВЕРЖДАЮ:
 директор КГУ «ОШ(ПЦ) КШЯС
 Шапубай
 Е.Ж.Жанбырбай

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
 одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания
 учащихся начальных классов в общеобразовательных школах
 за счет бюджетных средств на 2024 учебный год

I Неделя			
1-ый день		Ингредиенты	Брутто,г
Наименования блюд	Выход блюда, г		
Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150/5	Молоко	120
		Рис	40
		Сахар песок	10
		Масло слив	10
		Соль йодир.	1
Кондитерское изделие	40	Печенье	40
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай чёрный с молоком	200	Чай черный гранулированный	2
		Сахар	20
		Молоко	100
2-ой день		Ингредиенты	Брутто,г
Наименования блюд	Выход блюда, 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
Гарнир: макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив.	7
		Соль йодир.	1
Компот из св. яблок	200	Яблоки	45
		Сахар песок	20
		Лимонная кислота	2
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
3-й день		Ингредиенты	Брутто,г
Наименования блюд	Выход блюда, г		
Суп гороховый	200	Горох	25
		Картофель	80
		Морковь	24

		Лук	8
		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
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный	2
		Мед	20

4-й день

Брутто,г

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
			78
Тефтели из филе курин. с соусом	80	Куриное филе	8
		Мука пшеничная фортиф	12
		Рисовая крупа	0,5
		Куриное яйцо	4
		Масло подсолнеч.	50
		Лук репчатый	1
		Соль йодир.	160
Картофельное пюре	100	Картофель	75
		Молоко	1
		Соль йодир.	7
		Масло сливочное	200
Сок натур	200	Сок натур	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	

5-й день

Брутто,г

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г
Св огурец	60	Св огурец	60
Мясные биточки (говядина и курица)	80	Мясо говядина	50
		Мясо кур	24
		Лук репчатый	10
		Масло подсолнечное	1
		Соль йодир.	22,5
		Хлеб	24
		Молоко	20
		Сухари	0,5
		Яйцо	53
Гречка отварная	100	Гречневая крупа	

		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

I

Неделя

1-ый день		Ингредиенты	Брутто,г
Наименования блюд	Выход блюда, г		
			80
Суп «Домашняя лапша»	200	Картофель	11
		Макаронные изделия (лапша)	10
		Морковь	10
		Лук репчатый	7
		Масло сливочное	1
		Соль йодир.	50
		Суп набор курица	2
		Зелень	40
Кондитерское изделие	40	Печенье	150
Фрукты	150	Яблоко	2
Чай с медом	200	Чай черный гранулированный	20
		Мед	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	
2-ой день		Ингредиенты	Брутто,г
Наименования блюд	Выход блюда, г		
Гарнир: гречка отвар	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 витаминный	60	Капуста	56,8
		Морковь	20
		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
3-й день			

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто,г		
Каша молочная пшеничная	150/5	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		
4-й день					
Наименования блюд	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		
		Кондитерское изделие	40	Пряник	40
		Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
Сок натур	200	Сок натур	200		
5-й день					
Наименования блюд	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		

Макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив.	7
		Соль йодир.	1
Кисель	200	Кисель	24
		Сахар песок	20
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20