

Наименования блюд		Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
		200	Курица груд	240
Плов с курицей			рис	80
			Соль йодир.	0,001
			Масло растительное	18
			лук	35
			морковь	35
			томат	12
Сузбеше		100		20
Хлеб р\п с маслом сливочным		20/10	Хлеб р\п	10
			Масло сливочное	24
Кисель п\ягодный		200	Кисель	10
			Сахар	12
			Крахмал	0.0002
			Лимон. кис.	
4-й день				
Наименования блюд		Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат овощной		100	Капуста	65
			Морковь	30
			Масло раст.	14
			Сахар	6
			Соль йодир.	1
Борщ		250	Картофель	100
			Крупа (рис, пшено)	6
			Морковь	10
			Лук репчатый	10
			Говядина	30
			Соль йодир.	0.0015
Компот из сухофруктов		200	Сухофрук.	20
			Сахар	20
			Лимонка	0.002
Хлеб ржано-пшеничный		40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Печенье сахарное		40	Печенье сахарное	40
5-й день				
Наименования блюд		Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат из капусты св. , свеклой		100	Капуста св.	88
			Свекла	40
			Сахар песок	4
			Масло растит.	8
			Соль йодированная	1
Биточки мясные(говядина, курица) \ котлеты		100	Мясо котлетное (говядина, курица)	100
			Хлеб	22,5
			Молоко	24
			Лук репчатый	10
			Масло раст.	10
			Сухари	20
			Соль йодир	1
Гречка отварная		150	Крупа	60
			Масло слив	8
			Соль йодир	1
Сок натур		200	Сок натур	200
Хлеб ржано-пшеничный		40	Хлеб ржано-пшеничный	40

II Неделя

1-ый день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп лапша (мясо говядины, курицы)	250	Лапша	13
		Картофель свежий	67
		Морковь	12
		Лук репчатый	12
		Масло растительное	3
		Соль	2
		Мясо говядина груд. (курица)	58
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с молоком с сахаром	200	Заварка	2
		Сахар	10
		Молоко	20
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
2-ой день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Плов с курицей	200	Курица груд	240
		рис	80
		Соль йодир.	0,001
		Масло растительное	18
		лук	35
		морковь	35
		томат	12
Салат овощной	100	Капуста	70
		Морковь	30
		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
Сузбеше	100	Творожная масса	100
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Компот из сухофруктов	200	Сухофрук.	20
		Сахар	20
		Лимонка	0.002
3-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Жаркое по- домашнему мясо говядины	250	Мясо (говядина)	110
		Картофель	200
		Морковь	45
		Лук	51
		Соль	1
		Томат	10
		м/р	15
Запеканка творожная	200	Мука пшеничная фортифицированная	72

УТВЕРЖДАЮ
Школьного директора
«Талдинская ОШ»

М.Калдыбекова
« » 2023 год

ПЕРСПЕКТИВНОЕ

одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд
для организации питания учащихся 5-11 классов из социально-уязвимых слоев
населения в общеобразовательных школах
за счет средств фонда «Всеобуч» на 2023-2024 учебный год (зима – весна)

I Неделя

1-ый день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат витаминный	100	Капуста	56,8
		Морковь	20
		Яблоко	20
		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
		Картофель	90
Суп гороховый мясо говядины	250	Горох	25
		Морковь	24
		Лук	8
		Масло сливочное	4
		Мясо говядины груд.	58
		Соль йодир.	2
		м/р	4
Хлеб с сыром, маслом слив.	20/10/10	Хлеб р/п	20
		Сыр	10
		Масло сливочное	10
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с молоком с сахаром	200	Заварка	2
		Молоко	20
2-ой день		Сахар	10
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	200	Рис	20
		Пшено	20
		Сахар	10
		Масло слив	10
		Соль йодир.	0.001
		Масло сливочное	10
Чай с медом	200	Заварка	2
		Мед	20
Запеканка творожная	200	Мука пшеничная фортифицированная	72
		Сахар- песок	36
		Масло сливочное	30
		Соль	0,4
		Творог	64
		Ванилин	0,1
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
3-ой день			