

Утвержаю
Руководитель
ГУ "Отдел образования Бухар-Жырауского района
К.Т.Оспанова



**Двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся в общеобразовательных школах
из расчета на одного ученика за счет бюджетных средств
на 2022-2023 учебный год.**

1 неделя, 1-ый день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
Каша рисовая молочная	230	250	Молоко	150	150
			Рис	35	38
			Сахар	9	10
			Масло сливочное	6	7
			Соль йодированная	2	2
Бутерброд с маслом с сыром	20/10/20.	20/10/20.	Хлеб р/п	35	35
			Масло слив	10	10
			Сыр	22	22
Яблока	150	150	Яблоко	150	150
Чай с молоком	200	200	Заварка	2	2
			Молоко	20	20
Мед пчелинный	10	10	Мед пчелинный	10	10

1 неделя, 2-ый день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
Котлеты куриные	60	80	мясо птицы	80	100
			Яйцо	1	1
			Сухари	10	15
			Молоко	15	20
			Лук	10	15
			Морковь	10	15
			Масло растительное	5	6
			Соль йодированная	2	2
Гарнир: гречка	140	160	Крупа гречневый	35	40
			Масло слив	5	6
			Соль йодированная	2	2
Салат из белокачанной капусты	60	80	Капуста белокачанная	40	50
			Морковь	15	15
			Соль йодированная	2	2
			Масло растительное	5	5
			Зелень	5	5

компот	200	200	сухофрукты	24	24
			Сахар	15	15
Хлеб пшеничный	35	40	Хлеб пшеничный	35	40

I неделя, 3-ий день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
Суп лапша	200	220	Макароны (лапша)	35	40
			Соль йодированная	2	2
			Лук	15	20
			Масло растительное	5	6
			Мясо говядины	54	54
			Морковь	15	20
			Картофель	25	35
Салат свекольный с сыром	60	80	Свекло	55	91
			Сыр твердый	10	17
			Масло растительное	8	15
Чай	200	200	Черный чай байховый	2	2
Мед пчелинный	10	10	Мед пчелинный	10	10
Хлеб пшеничный	35	40	Хлеб пшеничный	35	40

I неделя, 4-ый день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
Плов	200	230	Мясо курицы	80	100
			Рис	35	38
			Лук	15	20
			Морковь	15	20
			Масло растительное	5	6
			Соль йодированная	2	2
Салат из белокочанной капусты	60	80	Капуста белокочанная	40	50
			Морковь	10	15
			Соль йодированная	2	2
			Масло растительное	5	5
Компот из сухофруктов	200	200	Сухофрукты	24	24
			Сахар	15	15
			Хлеб пшеничный	35	40

I неделя, 5-ый день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
			Капуста	50	50
			Соль йодированная	10	10
			Лук	15	20

Борщ (на костном бульоне)	230	250	Масло растительное	5	6
			Мясо говядины	54	54
			Свекла	45	45
			Томатная паста	10	10
			Морковь	15	20
			Картофель	25	35
Салат морковный	60	80	морковь	80	100
			Масло растительное	5	10
			Соль йодированная	2	2
Кисель	200	200	Кисель	24	24
			Сахар	10	10
Хлеб пшеничный	35	40	Хлеб пшеничный	35	40

2 неделя, 1-ый день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
Рассольник	230	250	говядина (кост бульон)	90	100
			томатная паста	2	2
			соль йодированная	2	2
			соленые огурцы	25	25
			масло растительное	6	7
			перловая крупа	40	40
			картофель	25	35
			морковь	3	3
Салат из белокочанной капусты	60	80	Капуста белокочанная	40	50
			Морковь	10	15
			Соль йодированная	2	2
			Масло растительное	5	5
			зелень	5	5
чай с молоком	200	200	сахар	9	10
			чай	2	2
			Молоко	20	20
Хлеб пшеничный	35	40	Хлеб пшеничный	35	40

2 неделя, 2-ый день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
Куры тушонные с подливой	60	80	Курица	90	100
			Лук	15	20
			Морковь	15	20
			Масло растительное	6	7
			Томатная паста	10	10
			Соль йодированная	2	2
Гарнир: макароны отварные	140	150	Макароны	35	40
			Соль йодированная	2	2
			Яблоко	20	30

Салат витаминный	60	80	Морковь	70	90
			Масло растительное	5	5
Кисель	200	200	Кисель	24	24
			Сахар	10	10
Хлеб пшеничный	35	40	Хлеб пшеничный	35	40
Яблока	150	150	Яблоко	150	150

2 неделя, 3-ий день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
молочная каша	230	250	крупы	35	38
			молока	150	150
			сахар	9	10
			Масло сливочное	6	7
			Соль йодированная	2	2
Булочка	60	70	мука пшеничная	64	64
			сахар	18	18
			Соль йодированная	2	2
			дрожжи	1	1
			Масло сливочное	10	10
Компот из сухофруктов	200	200	Сухофрукты	24	24
			Сахар	9	10
Хлеб пшеничный	35	40	Хлеб пшеничный	35	40

2 неделя, 4-ый день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
Суп лапша (на костном бульоне)	200	220	Макаронны (лапша)	35	40
			Соль йодированная	2	2
			Лук	15	20
			Масло растительное	5	6
			Мясо говядины	54	54
			Морковь	15	20
			Картофель	25	35
Салат свекольный с сыром	60	80	Свекло	55	91
			Сыр твердый	10	17
			Масло растительное	8	15
Компот из сухофруктов	200	200	Сухофрукты	24	24
			Сахар	9	10
Хлеб пшеничный	35	40	Хлеб пшеничный	35	40

2 неделя, 5-ый день

Наименования блюд	Выход блюда, гр.		Ингредиенты	Брутто, гр.	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет
			Крупа рис	35	40
			Соль йодированная	2	2
			Лук	15	20

Рисовый суп	200	230	Масло растительное	6	7
			Мясо говядины	54	54
			Морковь	15	20
			Томатная паста	10	10
			Картофель	25	35
Салат витаминный	60	80	Яблоко	20	30
			Морковь	70	90
			Масло растительное	5	5
Чай	200	200	Черный чай байховый	2	2
Мед пчелинный	10	10	Мед пчелинный	10	10
Хлеб пшеничный	35	40	Хлеб пшеничный	35	40

Примечание: Решением Попечительского совета школы могут внести изменения в меню на 10% с соблюдением норм и требований санитарных правил.

Согласовано:

Главный специалист Акижанова Б.А.