

Согласовано  
Государственное учреждение «Отдел  
образования города Приозерск  
управления образования  
Карагандинской области  
Руководитель



Г. К. Касимова  
2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КГУ  
«Общеобразовательная школа №2»  
отдела образования города Приозерск  
управления образования  
Карагандинской области



П. А. Жумаханова  
2024 год

Индивидуальный предприниматель



Б. В. Жиенбекова  
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)

#### I Неделя

I Неделя			
1-ый день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп гороховый мясо говядины	200	Картофель	80
		Горох	16
		Морковь	24
		Лук	24
		Масло сливочное	4
		Мясо говядины груд. на м/к. бульоне	40
		Соль йодир.	1
		м/р	4
Хлеб с сыром, маслом слив.	20/10/10	Хлеб р/п	20
		Сыр	10
		Масло слив.	10
		Сыр	22
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с сахаром с молоком	200	Заварка	2
		Сахар	10
		Молоко	20
2-ой день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	150/5	Молоко	130
		Рис	17
		Пшено	17
		Сахар	8
		Масло слив	8



		Соль йодир.	0,001
		Масло сливочное	5
Запеканка творожная	150	Мука пшеничная фортифицированная	54
		Сахар- песок	27
		Масло сливочное	22
		Соль	0,3
		Творог	48
		Ванилин	0,1
Хлеб р-п	20	Хлеб р/п	20
Чай с медом	200	Заварка	2
		Мед	15
<b>3-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто, г</b>
Салат овощной из св.капусты, моркови, огурцов	60	Капуста	41,8
		Огурцы	15
		Морковь	20
		Масло раст.	12
		Сахар	5
		Соль йодир.	1
Плов с курицей	150	Курица	122
		рис	60
		Соль йодир.	0,001
		Масло растительное	13
		лук	23
		морковь	23
		томат	9
Кисель п/ягодный	200	Кисель	24
		Сахар	10
		Крахмал	12
		Лимон. кис.	0.0002
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>
Котлета рыбная	80	Минтай	132
		Хлеб пшен	20
		молоко	45
		Сухари	12
		Масло раст	10
		Масло слив	4
		Соль йодир.	0.001
Картофельное пюре	100	Картофель	160
		молоко	75
		Соль	0,001
Компот из сухофруктов	200	Масло сливочное	3
		Сухофрук.	20
		Сахар	20
		Лимонка	0.002
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40
<b>5-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто, г</b>
Салат из капусты св. , свеклы	60	Капуста св.	48
		Свекла	250
		Сахар песок	3



		Масло растит.	5
		Соль йодированная	1
Биточки мясные(говядина/курица)	80	Мясо котлетное (говядина, курица)	100
		Хлеб	22,5
		Молоко	24
		Лук репчатый	10
		Масло раст.	10
		Сухари	20
		Соль йодир	1
Гречка отварная	100	Крупа	60
		Масло слив	5
		Соль йодир	1
Сок натур	200	Сок натур	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20

## II Неделя

<b>1-ый день</b>					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Суп лапша мясо говядины	200	Картофель	80		
		Лапша	11		
		Картофель свежий	54		
		Морковь	10		
		Лук репчатый	10		
		Масло растительное	2		
		Соль	1,5		
		Мясо говядины груд.	40		
		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	20	Хлеб ржано-пшеничный	20		
<b>2-ой день</b>					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		
Плов с курицей	150	Курица	122		
		рис	60		
		Соль йодир.	0,001		
		Масло растительное	13		
		лук	23		
		морковь	23		
		томат	9		
		Капуста	56,8		
Салат овощной	60	Морковь	20		
		Масло раст.	12		
		Сахар	5		
		Соль йодир.	1		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20		
Чай с сахаром	200	Заварка	2		
		Сахар	20		
<b>3-й день</b>					
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г		



Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	150/5	Молоко	120
		Крупа кукурузная	40
		Масло сливочное	5
		Сахар	8
		соль	0,8
Запеканка творожная	150	Мука пшеничная фортифицированная	54
		Сахар- песок	27
		Масло сливочное	22
		Соль	0,3
		Творог	48
		Ванилин	0,1
Компот из сухофруктов	200	Сухофрук.	20
		Сахар	20
		Лимонка	0.002
Хлеб ржано-пшеничный	20		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)	4
		Морковь	6
		Лук репчатый	8
		Рыбные консервы в масле, или натур	25
Хлеб с сыром	20\10	Хлеб р/п	20
		Сыр	10
Сок натур	200	Сок натур	200
<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 котлетное (говядина, курица)	78
		Рис	8
		Мука	12
		Лук репчатый	50
		Масло раст.	4
		Томатная паста	6
		соль	0,2
Макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив.	5
Кисель п/ягодный	200	Кисель	24
		Сахар	10
		Крахмал	12
		Лимон. кис.	0.0002
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20