«Бекітемін»
«Шәкәрім атындағы ЖББМ» КММ
Директордың м.а
Секербекова А.М.
«01» 09 2023 жыл

Перспективалы
жалпы білім беретін мектептерде бастауыш сынып оқушыларының тамақтануын ұйымдастыруға арналған бір реттік екі апталық (ұсынылатын) тағам мәзірі 2023-2024 оқу жылына арналған бюджет қаражаты есебінен (жаз-күз)

I Апта

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	[illegible]
Запеканка творожная	150	Мука пшеничная фортифицированная	[illegible]
		Сахар- песок	27
		Масло сливочное	[illegible]
		Соль	[illegible]
		Творог	[illegible]
		Ванилин	[illegible]
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
Чай с медом	200	Заварка	2
		Мед	15
3-й день			

Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
Салат овощной из св.капусты, моркови, огурцов	60	Капуста Огурцы	41,8 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
4-й день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
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
		Масло сливочное	3
Компот из сухофруктов	200	Сухофрук.	20
		Сахар	20
		Лимонка	0.002
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40
5-й день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
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

1-ый день			
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
2-ой день			
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
Салат овощной	60	Капуста	56,8
		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
3-й день			
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
4-й день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
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
5-й день			
Наименования блюд	**Выход блюда, г**	**Ингредиенты**	**Брутто, г**
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

Орындаған Байкенова С.А.