


Утверждаю
и.о. директор ОШ им. С.О.Талжанова
М.Е. Байбеилова



Перспективное

Одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания учащихся начальных классов в общеобразовательных школах за счет бюджетных средств на 2023-2024 учебный год (лето-осень)

1 неделя

1 –ый день			
Наименование блюд	Выход Блюд,г	Ингредиенты	Брутто,г
Тефтели мясные (говядина)	80	Мясо катлетное (говядина)	60
		Рис	8
		Мука	12
		Лук репчатый	5
		Масло растительное	4
		Соль	0,2
		Томатная паста	6
Макаронные изделия	100	Макароны	35
		Масло слив.	5
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р/п	20
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 слив.	150/5	Молоко	130
		Рис	17
		Пшено	17
		Сахар	8
		Масло слив.	5
		Соль йодир.	0,001
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	40
Хлеб р-п	20	Хлеб р-п	20
Чай с медом	200	Заварка	2
		Мед	15

3-й день			
Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г
Салат овощной из свежей капусты, моркови	60	капуста	41,8
		морковь	20
		Масло раст.	5
		сахар	5
		Соль йодир.	1
Плов с курицей	150	курица	100
		рис	50
		Соль йодир.	0,001
		Масло растительное	13
		лук	12
		морковь	12
		томат	9
Кисель п/ягодный	200	Кисель	20
		сахар	10
		крахмал	12
		Лимон. кис.	0,0002
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
4 день			
Наименования блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г
Котлета рыбная	80	Минтай	60
		Хлеб пшеничный	20
		Сухари	12
		Масло раст.	10
		Масло слив.	4
		Соль йодир.	0,001
Картофельное пюре	100	Картофель	110
		Молоко	75
		Соль	0,001
		Масло сливочное	3
Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	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	25
		Сахар песок	3
		Масло растит.	5
		Соль йодированная	1
Биточки мясные (говядина)	80	Мясо котлетное (говядина)	60
		Хлеб	22,5
		Молоко	24
		Лук репчатый	10
		Масло растительное	10
		Сухари	20
		Соль йодир	1
Гречка отварная	100	Крупа гречневая	40
		Масло слив	5

		Соль йодир.	1		
Сок натур.	200	Сок натур.	200		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20		
2 неделя					
1-й день					
Наименование блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г		
Биточки мясные (говядина)	80	Мясо котлетное	60		
		Хлеб	22,5		
		Молоко	24		
		Лук репчатый	10		
		Масло растит.	10		
		Сухари	20		
		Соль йодир.	1		
		40			
		Гречка отварная	100	Крупа	5
		Масло слив.	40		
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	150		
Фрукты	150	Яблоко	2		
Чай с молоком с сахаром	200	Заварка	10		
	200	Сахар	20		
		Молоко	20		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20		
2 день					
Наименования блюд	Выход блюда,г	Ингредиенты	Брутто,г		
Плов с курицей	150	курица	100		
		рис	50		
		Соль йодир.	0,001		
		Масло растительное	13		
		лук	10		
		морковь	10		
		Томат	9		
		46,5			
		Салат овощной	60	Капуста	20
				Морковь	8
		Масло растит.	5		
		Сахар	1		
		Соль йодир.	20		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	2		
Чай с сахаром	200	Заварка	20		
		Сахар			
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 йодированная	0,		
Печенье сахарное	40	Печенье сахарное	4		