**УТВЕРЖДАЮ**

 **Руководитель**

 **ГУ «Отдела образования**

 **Осакаровского района»**

 **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Акмаганбетова**

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ**

**одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания учащихся начальных классов в общеобразовательных школах**

**за счет бюджетных средств на 2024 год** (зима –весна)

**I Неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1-ый день** |  |  |  |
| **Наименования блюд** | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Каша молочная рисовая с маслом сливочным | 150/5 | Молоко  | 120 |
|  |  | Рис | 40 |
|  |  | Сахар песок | 10 |
|  |  | Масло слив | 10 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| Кондитерское изделие | 40 | Печенье | 40 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |
| Фрукты  | 150 | Яблоко  | 150 |
| Чай чёрный с молоком | 200 | Чай черный гранулированный | 2 |
|  |  | Сахар  | 20 |
|  |  | Молоко  | 100 |
| **2-ой день** |  |  |
| **Наименования блюд**  | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Салат из св. моркови | 60 | Морковь | 90 |
|  |  | Масло раст. | 12 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
|  |  | Сахар | 5 |
| Куры тушенные  | 80 | Куры | 162 |
|  |  | Морковь | 30 |
|  |  | Лук репчатый | 30 |
|  |  | Зелень | 2 |
|  |  | Томатная паста | 4 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
|  |  | м/с | 7 |
| Гарнир: макаронные изделия | 100 | Макароны | 35 |
|  |  | Масло слив. | 7 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| Компот из св. яблок | 200 | Яблоки  | 45 |
| Сахар песок | 20 |
|  |  | Лимонная кислота | 2 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |
| **3-й день** |  |  |  |
| **Наименования блюд**  | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Суп гороховый  | 200 | Горох | 25 |
|  |  | Картофель | 80 |
|  |  | Морковь | 24 |
|  |  | Лук | 8 |
|  |  | Грудинка говядина | 40 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
|  |  | М/с | 10 |
|  |  | Зелень | 2 |
| Булочка сдобная с сыром | 50/10 | Мука пшеничная фортиф | 60 |
|  |  | Сахар | 20 |
|  |  | Молоко  | 15 |
|  |  | М/с | 15 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
|  |  | Куриное Яйцо | 0,5 |
|  |  | М/р | 3 |
|  |  | Сыр | 11 |
|  |  | Дрожжи | 3 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |
| Чай с медом | 200 | Чай черный гранулированный | 2 |
|  |  | Мед | 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 йодир.  | 1 |
|  |  | Масло сливочное | 7 |
| Сок натур  | 200 | Сок натур  | 200 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |
| **5-й день** |  |  |  |
| **Наименования блюд**  | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Св огурец | 60 | Св огурец | 60 |
| Мясные биточки (говядина и курица) | 80 | Мясо говядина | 50 |
|  |  | Мясо кур | 50 |
|  |  | Лук репчатый | 24 |
|  |  | Масло подсолнечное | 10 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
|  |  | Хлеб | 22,5 |
|  |  | Молоко | 24 |
|  |  | Сухари | 20 |
|  |  | Яйцо | 0,5 |
| Гречка отварная  | 100 | Гречневая крупа | 53 |
|  |  | Масло слив  | 7 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| Чай черный сладкий  | 200 | Чай черный гранулированный  | 2 |
|  |  | Сахар песок | 20 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |

**II Неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1-ый день** |  |  |  |
| **Наименования блюд** | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Суп «Домашняя лапша» | 200 | Картофель | 80 |
|  |  | Макаронные изделия (лапша) | 11 |
|  |  | Морковь | 10 |
|  |  | Лук репчатый | 10 |
|  |  | Масло сливочное | 7 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
|  |  | Суп набор курица | 50 |
|  |  | Зелень | 2 |
| Кондитерское изделие | 40 | Печенье | 40 |
| Фрукты  | 150 | Яблоко  | 150 |
| Чай с медом | 200 | Чай черный гранулированный | 2 |
|  |  | Мед | 20 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |
| **2-ой день** |  |  |  |
| **Наименования блюд**  | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Гарнир: гречка отвар | 100 | Крупа гречневая | 53 |
|  |  | Масло слив. | 7 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| Куры тушенные  | 80 | Куры | 162 |
|  |  | Морковь | 30 |
|  |  | Лук репчатый | 30 |
|  |  | Зелень | 2 |
|  |  | Томатная паста | 4 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| М/с | 7 |
| Салат витаминный | 60 | Капуста  | 56,8 |
|  |  | Морковь | 20 |
|  |  | Масло раст. | 12 |
|  |  | Сахар  | 5 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |
| Компот из св. яблок | 200 | Яблоки  | 45 |
|  |  | Сахар песок | 20 |
|  |  | Лимонная кислота | 2 |
| **3-й день** |  |  |
| **Наименования блюд**  | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Каша молочная пшенная | 150/5 | Молоко  | 120 |
|  |  | Пшено | 40 |
|  |  | Сахар песок | 10 |
|  |  | Масло слив | 10 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| Булочка сдобная с сыром | 50/10 | Мука пшеничная фортиф | 60 |
|  |  | Сахар | 20 |
|  |  | Молоко  | 15 |
|  |  | М/с | 15 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
|  |  | Куриное Яйцо | 0,5 |
|  |  | М/р | 3 |
|  |  | Сыр | 11 |
|  |  | Дрожжи | 3 |
| Чай чёрный с молоком | 200 | Чай черный гранулированный | 2 |
|  |  | Сахар  | 20 |
|  |  | Молоко  | 100 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |
| **4-й день** |  |  |  |
| **Наименования блюд**  | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Суп рыбный  | 200 | Картофель | 80 |
|  |  | Крупа пшённая или рисовая | 16 |
|  |  | Морковь | 24 |
|  |  | Лук репчатый | 8 |
|  |  | Рыба минтай | 50 |
|  |  | Зелень | 2 |
|  |  | Масло сливочное | 10 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| Кондитерское изделие | 40 | Пряник | 40 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |
| Сок натур  | 200 | Сок натур  | 200 |
| **5-й день** |  |  |  |
| **Наименования блюд**  | **Выход блюда, г** | **Ингредиенты** | **Брутто,г** |
| Тефтели (говядина и курица) с соусом | 80 | Мясо говядина | 50 |
|  |  | Мясо кур | 50 |
|  |  | Лук репчатый | 50 |
|  |  | Масло подсолнечное | 4 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
|  |  | Рис | 12 |
|  |  | Мука фортиф | 8 |
|  |  | Яйцо куриное | 0,5 |
|  |  | М/с | 5 |
|  |  | Зелень | 2 |
|  |  | Томатная паста | 4 |
|  |  | Морковь | 10 |
| Макаронные изделия | 100 | Макароны | 35 |
|  |  | Масло слив. | 7 |
|  |  | Соль йодир.  | 1 |
| Кисель  | 200 | Кисель | 24 |
|  |  | Сахар песок | 20 |
| Хлеб р-п | 20 | Хлеб р\п | 20 |