

ПЕРСПЕКТИВНОЕ

одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания учащихся 5 – 11 классов из социально – уязвимых слоев населения в общеобразовательных школах за счет бюджетных средств фонда «Всеобуч» на 2024 – 2025 учебный год (лето-осень)

I Неделя

| 1 –ый день | | | |
|---|-------------------|---------------------|-----------|
| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутго, г |
| Салат витаминный | 100 | Капуста | 56,8 |
| Castar Birratara | | Морковь | 20 |
| | | Яблоко | 20 |
| | | Масло раст | 12 |
| | | Caxap | 5 |
| | | Соль йодир | 1 |
| Суп гороховый мясо | 250 | Картофель | 90 |
| говядины | | Горох | 25 |
| | 1 | Морковь | 24 |
| | | Лук | 8 |
| | | Масло сливочное | 4 |
| | | Мясо говядины груд. | 58 |
| | | Соль йодир. | 2 |
| | | M\p | 4 |
| Хлеб с сыром, маслом, слив. | 20/10/10 | Хлеб р\п | 20 |
| | | Сыр | 10 |
| | | Масло сливочное | 10 |
| Фрукты | 150 | Яблоко | 150 |
| Чай с молоком с сахаром | 200 | Заварка | 2 |
| -тай с молоком с сахаром | | Молоко | 20 |
| | | Caxap | 10 |
| 2 – ой день | | * | |
| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Бругго, г |
| Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным | 200 | Рис | 20 |
| | | Пшено | 20 |
| | | Caxap | 10 |
| | | Масло слив. | 10 |
| | | Соль йодир | 0,001 |
| | | Масло сливочное | 10 |

| | 200 | Заварка | 20 |
|------------------------------|----------|----------------------------------|-----------|
| ай с медом | 200 | Man | 72 |
| | 200 | Мука пшеничная фортифицированная | |
| апеканка творожная | 200 | Сахар – песок | 36 |
| | | Масло сливочное | 30 |
| | | Соль | 0,4 |
| | | Творог | 64 |
| | | Ванилин | 0,1 |
| | 40 | Хлеб ржано – пшеничный | 40 |
| Клеб ржано – пшеничный | 10 | <u> </u> | |
| -й день Наименования блюд | Выход | Ингредиенты | Брутто, г |
| | блюда, г | Капуста | 56,8 |
| Салат из св | 100 | Kanyera | |
| капусты, моркови и огурцов | | Manyoni | 20 |
| | | Морковь | 20 |
| | | Огурцы | 12 |
| | | Масло раст | 5 |
| | | Caxap | 1 |
| | | Соль йодир | 240 |
| Плов с курицей | 200 | Курица грудка | 80 |
| | | рис | 18 |
| | | Масло раст | 0,001 |
| | | Соль йодир | 35 |
| | | лук | 35 |
| | | морковь | 12 |
| | | томат | 100 |
| Сузбеше | 100 | Сузбеше | 20 |
| Хлеб ржано – пшеничный | 20/10 | Хлеб р/п | 10 |
| с маслом сливочным | | Масло сливочное | 24 |
| Кисель п/ягодный | 200 | Кисель | 10 |
| KNOCH III. | | Caxap | 12 |
| | | Крахмал | 0,0002 |
| | | Лимон | |
| 4-ый день | | | Брутго, г |
| Наименования блюд | Выход | Ингредиенты | - 17 |
| Hansiero | блюда, | Γ | 56,8 |
| Салат витаминный | 100 | Капуста | 20 |
| Canar birtain | 4 | Морковь | 20 |
| | | Яблоко | 12 |
| | | Масло раст | 5 |
| | | Caxap | 1 |
| | | Соль йодир | 168 |
| Котлета рыбная | 100 | Минтай | 24 |
| RODICIA phonon | | Хлеб пшен | 45 |
| | | Молоко | 18 |
| | | Сухари | 15 |
| | | Масло раст | 4 |
| | | Масло слив | 0,0015 |
| | | Соль йодир | 210 |
| Картофельное пюре | 150 | | 75 |
| | | Молоко | |

| | | | 1 |
|--|----------|----------------------------------|-----------|
| | | Соль | 8 |
| | | Масло сливлчное | 20 |
| Сомпот из сухофруктов | 200 | Сухофрукты | 20 |
| COMITOT IN STATE OF THE STATE O | | Caxap | 0,002 |
| | | Лимонка | 40 |
| Клеб ржано – пшеничный | 40 | Хлеб ржано – пшеничный | 40 |
| Теченье сахарное | 40 | Печенье сахарное | |
| 5-ый день Наименования блюд | Выход | Ингредиенты | Брутто, 1 |
| Наименования отпо- | блюда, г | | 88 |
| C MOTWOTH CO | 100 | Капуста св | |
| Салат из капусты со свеклой | | | 40 |
| CBERTION | | свекла | 4 |
| | | Сахар песок | 8 |
| | | Масло раст | 1 |
| | | Соль йодир | |
| | | Мясо котлетное (говядина курица) | 100 |
| Биточки мясные | 100 | MIRCO KOTHETHOO (1 ODAZ | |
| (говядина,курица) | | Хлеб | 22,5 |
| | | | 24 |
| | | Молоко | 10 |
| | | Лук репчатый | 10 |
| | | Масло раст | 20 |
| | | Сухари | 1 |
| | | Соль йодир | 60 |
| Гречка отварная | | Крупа | 8 |
| | | Масло сливочное | 1 |
| | | Соль йодир | 200 |
| Сок натуральный | 200 | Сок натуральный | 40 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | Хлеб ржано-пшеничный | |

2 неделя

| 1 –ый день Наименования блюд | Выход | Ингредиенты | Брутто, г |
|---|----------|-----------------------------|-----------|
| 11411 | блюда, г | | 13 |
| Суп лапша (мясо | 250 | Лапша | |
| говядины, курицы) | | Картофель свежий | 67 |
| | | | 12 |
| · | | Морковь | 12 |
| | | Лук репчатый | 3 |
| | | Масло раст | 2 |
| | | Соль | 58 |
| | | Мясо говядина груд (курица) | 40 |
| | 40 | Печенье сахарное | 150 |
| Печенье сахарное | 150 | Фрукты | 2 |
| Фрукты (яблоко) Чай с молоком с сахаром | 200 | Заварка | 10 |
| | | Caxap | 20 |
| | | Молоко | |

| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
|---|-------------------|----------------------------------|-----------|
| 2-ой день Наименования блюд | Выход | Humania | F |
| панменования олюд | блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г |
| Плов с курицей | 200 | Курица груд | 240 |
| | | рис | 80 |
| | | Соль йодир | 0,001 |
| | | Масло раст | 18 |
| | | лук | 35 |
| | | морковь | 35 |
| | | томат | 12 |
| Салат овощной | 100 | Капуста | 65 |
| | | Морковь | 30 |
| Law. | | Масло раст | 14 |
| | | Caxap | 6 |
| | | Соль йодир | 1 |
| Сузбеше | 100 | Сузбеше | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| Компот из сухофруктов | 200 | Сухофрукты | 20 |
| | | Caxap | 20 |
| · · | | Лимонка | 0,002 |
| 3-ий день | | | |
| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г |
| Жаркое по –домашнему (мясо говядины) | 250 | Мясо (говядины) | 110 |
| (манидкаот оэкм) | | Vongahay | 200 |
| | | Картофель Морковь | 45 |
| | | | 51 |
| | | Лук Соль | |
| | | <u> </u> | 1 |
| <u> </u> | | томат | 10 |
| Zarrayayya maanayyya | 200 | M/p | 15 |
| Запеканка творожная | 200 | Мука пшеничная фортифицированная | 72 |
| | | Сахар-песок Масло сливочное | 36 |
| | | | 30 |
| | | Тропол | 0,4 |
| | | Творог | 64 |
| Uoy a varav | | Ванилин | 0,1 |
| Чай с медом | | Заварка | 2 |
| V 1106 NYOTO 111101111111 | 10 | Meg | 20 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4-ый день | D | TV- | r |
| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г |
| Салат витаминный | 100 | Капуста | 56,8 |
| | | Морковь | 20 |
| | | Яблоко | 20 |
| | | Масло раст | 12 |
| | | Caxap | 5 |
| | | Соль йодир | 1 |
| Котлета рыбная | 100 | Минтай | 168 |

| | | | 24 |
|--------------------------------|----------|-----------------------------------|-----------|
| | | Хлеб пшен | 45 |
| | | Молоко | 18 |
| | | Сухари | |
| | | Масло раст | 15 |
| | | Масло слив | |
| | | Соль йодир | 0,0015 |
| | 150 | Картофель | 210 |
| артофельное пюре | 130 | Молоко | 75 |
| | | Соль | 1 |
| | | Масло сливлчное | 8 |
| | 20/10 | Хлеб р/ж | 20 |
| Клеб р/ж с сыром | 20/10 | сыр | 10 |
| | 200 | Сок натуральный | 200 |
| Сок натуральный | 200 | Сок натуральный | |
| 5-ый день | | Ингредиенты | Брутто, г |
| Наименования блюд | Выход | ин редисить: | |
| | блюда, г | 17 | 88 |
| Салат из капусты со | 100 | Капуста св | • |
| свеклой | | | 40 |
| | | свекла | 4 |
| | | Сахар песок | 8 |
| | | Масло раст | 1 |
| | | Соль йодир | |
| | | | 100 |
| Тефтели мясные | 100 | Мясо котлетное (говядина, курица) | 100 |
| (говядина, курица с соусом) | | | 10 |
| (Говядина, курица с се у с с у | | Рис | 15 |
| | | Мука | 60 |
| • | | Лук репчатый | 5 |
| | | Масло раст | 8 |
| | | Томат паста | |
| | | Соль йодир | 0,3 |
| | 150 | Макароны | 50 |
| Макаронные изделия | 150 | Масло слив | 7 |
| | 200 | Кисель | 24 |
| Кисель п/ягодный | 200 | Caxap | 10 |
| | | Крахмал | 12 |
| | | Лимон | 0,0002 |
| | 10 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | Alleo pikano muoni | |