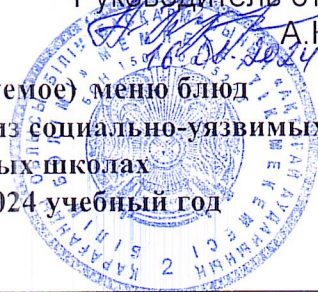


Утверждаю  
 Руководитель отдела  
 А. Куанышбаев

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ**  
 Одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд  
 для организации питания учащихся 5-11 классов из социально-уязвимых слоев  
 населения в общеобразовательных школах  
 за счет средств фонда «Всеобуч» на 2024 учебный год



**I Неделя**

| <b>1-ый день</b>           |                       |                            |                 |
|----------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------|
| <b>Наименования блюд</b>   | <b>Выход блюда, г</b> | <b>Ингредиенты</b>         | <b>Брутто,г</b> |
| Каша молочная рисовая      | 200                   | Молоко                     | 140             |
|                            |                       | Рис                        | 45              |
|                            |                       | Сахар песок                | 12              |
|                            |                       | Масло слив                 | 12              |
|                            |                       | Соль йодир.                | 1               |
| 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             |
| Сузбеше                    | 100                   | Сузбеше                    | 100             |
| <b>2-ой день</b>           |                       |                            |                 |
| Салат из св. моркови       | 120                   | Морковь                    | 120             |
|                            |                       | Масло раст.                | 12              |
|                            |                       | Соль йодир.                | 1               |
|                            |                       | Сахар                      | 5               |
| Куры тушеные               | 100                   | Куры                       | 189             |
|                            |                       | Морковь                    | 35              |
|                            |                       | Лук репчатый               | 35              |
|                            |                       | Зелень                     | 2               |
|                            |                       | Томатная паста             | 5               |
|                            |                       | Соль йодир.                | 1               |
|                            |                       | М/с                        | 8               |
| Гарнир: макаронные изделия | 150                   | Макароны                   | 53              |
|                            |                       | Масло слив.                | 8               |
|                            |                       | Соль йодир.                | 1               |
| Компот из св. яблок        | 200                   | Яблоки                     | 45              |
|                            |                       | Сахар песок                | 20              |
|                            |                       | Лимонная кислота           | 2               |
| Хлеб р-п                   | 20                    | Хлеб р\п                   | 20              |
| <b>3-ой день</b>           |                       |                            |                 |
| <b>Наименования блюд</b>   | <b>Выход блюда, г</b> | <b>Ингредиенты</b>         | <b>Брутто,г</b> |
| Суп гороховый              | 250                   | Горох                      | 30              |
|                            |                       | Картофель                  | 100             |
|                            |                       | Морковь                    | 30              |
|                            |                       | Лук                        | 15              |
|                            |                       | Грудинка говядина          | 40              |
|                            |                       | Соль йодир.                | 1               |
|                            |                       | М/с                        | 12              |
|                            |                       | Зелень                     | 2               |
| Булочка слобная 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              |
| Фрукты                             | 100                   | Яблоко                     | 100             |
| <b>4 день</b>                      |                       |                            |                 |
| <b>Наименования блюд</b>           | <b>Выход блюда, г</b> | <b>Ингредиенты</b>         | <b>Брутто,г</b> |
| Тефтели из филе курин. с соусом    | 100                   | Куриное филе               | 98              |
|                                    |                       | Мука пшеничная фортиф      | 10              |
|                                    |                       | Рисовая крупа              | 18              |
|                                    |                       | Куриное яйцо               | 0,5             |
|                                    |                       | Масло подсолнеч.           | 5               |
|                                    |                       | Лук репчатый               | 60              |
|                                    |                       | Соль йодир.                | 1               |
| Картофельное пюре                  | 150                   | Картофель                  | 200             |
|                                    |                       | Молоко                     | 85              |
|                                    |                       | Соль йодир.                | 1               |
|                                    |                       | Масло сливочное            | 8               |
| Сок натур                          | 200                   | Сок натур                  | 200             |
| Хлеб р-п                           | 20                    | Хлеб р\п                   | 20              |
| <b>5-й день</b>                    |                       |                            |                 |
| <b>Наименования блюд</b>           | <b>Выход блюда, г</b> | <b>Ингредиенты</b>         | <b>Брутто,г</b> |
| Св огурец                          | 100                   | Св огурец                  | 100             |
| Мясные биточки (говядина и курица) | 100                   | Мясо говядина              | 55              |
|                                    |                       | Мясо кур                   | 55              |
|                                    |                       | Лук репчатый               | 24              |
|                                    |                       | Масло подсолнечное         | 10              |
|                                    |                       | Соль йодир.                | 1               |
|                                    |                       | Хлеб                       | 25              |
|                                    |                       | Молоко                     | 24              |
|                                    |                       | Сухари                     | 20              |
|                                    |                       | Яйцо                       | 0,5             |
| Гречка отварная                    | 150                   | Гречневая крупа            | 69              |
|                                    |                       | Масло слив                 | 8               |
|                                    |                       | Соль йодир.                | 1               |
| Чай черный сладкий                 | 200                   | Чай черный гранулированный | 2               |
|                                    |                       | Сахар песок                | 20              |
| Хлеб р-п                           | 20                    | Хлеб р\п                   | 20              |
| Фрукты                             | 100                   | Яблоко                     | 100             |

## II Неделя

|           |  |  |
|-----------|--|--|
| 1-ый день |  |  |
|-----------|--|--|



| Наименования блюд       | Выход блюда, г | Ингредиенты                | Брутто,г |
|-------------------------|----------------|----------------------------|----------|
| Суп «Домашняя лапша»    | 250            | Картофель                  | 100      |
|                         |                | Макаронные изделия (лапша) | 15       |
|                         |                | Морковь                    | 15       |
|                         |                | Лук репчатый               | 15       |
|                         |                | Масло сливочное            | 8        |
|                         |                | Соль йодир.                | 1        |
|                         |                | Суп набор курица           | 50       |
|                         |                | Зелень                     | 2        |
| Сузбеше                 | 100            | Сузбеше                    | 100      |
| Фрукты                  | 150            | Яблоко                     | 150      |
| Чай с медом             | 200            | Чай черный гранулированный | 2        |
|                         |                | Мед                        | 20       |
| Хлеб р-п                | 20             | Хлеб р\п                   | 20       |
| <b>2-ой день</b>        |                |                            |          |
| Наименования блюд       | Выход блюда, г | Ингредиенты                | Брутто,г |
| Гарнир: гречка отвар    | 150            | Крупа гречневая            | 69       |
|                         |                | Масло слив.                | 8        |
|                         |                | Соль йодир.                | 1        |
| Куры тушеные            | 100            | Куры                       | 189      |
|                         |                | Морковь                    | 35       |
|                         |                | Лук репчатый               | 35       |
|                         |                | Зелень                     | 2        |
|                         |                | Томатная паста             | 5        |
|                         |                | Соль йодир.                | 1        |
|                         |                | М/с                        | 7        |
| Салат овощной           | 100            | Капуста                    | 94       |
|                         |                | Морковь                    | 30       |
|                         |                | 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        |
| <b>3-й день</b>         |                |                            |          |
| Наименования блюд       | Выход блюда, г | Ингредиенты                | Брутто,г |
| Каша молочная пшенная   | 200            | Молоко                     | 140      |
|                         |                | Пшено                      | 45       |
|                         |                | Сахар песок                | 12       |
|                         |                | Масло слив                 | 12       |
|                         |                | Соль йодир.                | 1        |
| Фрукты                  | 100            | Яблоко                     | 100      |
| 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              |
| <b>4-й день</b>                     |                       |                            |                 |
| <b>Наименования блюд</b>            | <b>Выход блюда, г</b> | <b>Ингредиенты</b>         | <b>Брутто,г</b> |
| Суп рыбный                          | 250                   | Картофель                  | 100             |
|                                     |                       | Крупа пшённая или рисовая  | 20              |
|                                     |                       | Морковь                    | 30              |
|                                     |                       | Лук репчатый               | 15              |
|                                     |                       | Рыба минтай                | 50              |
|                                     |                       | Зелень                     | 2               |
|                                     |                       | Масло сливочное            | 10              |
|                                     |                       | Соль йодир.                | 1               |
| Хлеб р-п                            | 20                    | Хлеб р\п                   | 20              |
| Кондитерское изделие                | 40                    | Пряник                     | 40              |
| 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 (говядина и курица)с соусом | 100                   | Мясо говядина              | 55              |
|                                     |                       | Мясо кур                   | 55              |
|                                     |                       | Лук репчатый               | 60              |
|                                     |                       | Масло подсолнечное         | 5               |
|                                     |                       | Соль йодир.                | 1               |
|                                     |                       | Рис                        | 18              |
|                                     |                       | Мука фортиф                | 10              |
|                                     |                       | Яйцо куриное               | 0,5             |
|                                     |                       | М/с                        | 5               |
|                                     |                       | Зелень                     | 2               |
|                                     |                       | Томатная паста             | 5               |
| Гарнир: макаронные изделия          | 150                   | Макароны                   | 53              |
|                                     |                       | Масло слив.                | 8               |
|                                     |                       | Соль йодир.                | 1               |
| Кисель                              | 200                   | Кисель                     | 24              |
|                                     |                       | Сахар песок                | 20              |
| Хлеб р-п                            | 20                    | Хлеб р\п                   | 20              |
| Фрукты                              | 100                   | Яблоко                     | 100             |