

Ежедневное 4-х недельное меню для организации питания учащихся начальных и 5-11 классов из СУСН в общеобразовательных школах

Наименование блю́д	Выход блю́да, г			Ингредиенты блю́да	Цена	Брутто, г			Нетто,г			Сумма			Стоимость набора сырья			Стоимость готового блю́да		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет			7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 неделя																				
1-й день																				
Нарезка из помидоров, огурцов и сыра	60	80	100	помидоры свежие	774,00	30	40	50	25	35	45	23,22	30,96	38,70	93,27	105,90	118,53	139,91	158,85	177,80
				огурцы свежий	489,00	30	40	50	25	35	45	14,67	19,56	24,45						
				сыр твердый	5538,00	10	10	10	10	10	10	55,38	55,38	55,38						
Плов из птицы	200	220	250	филе курицы	1676,00	85	98	105	79	83	99	142,46	164,25	175,98	170,64	195,41	212,36	255,96	293,11	318,54
				рис	365,00	45	50	55	45	50	55	16,43	18,25	20,08						
				масло растительное	791,00	5	5	7	5	45	7	3,96	3,96	5,54						
				морковь	169,00	30	34	40	26	29	33	5,07	5,75	6,76						
				лук репчатый	160,00	17	20	25	12	17	21	2,72	3,20	4,00						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
Чай каркаде	200	200	200	каркаде	5460,00	0,1	0,1	0,1	50	50	50	0,55	0,55	0,55	1,82	1,82	1,82	2,73	2,73	2,73
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3	1,28	1,28	1,28						
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120	112,65	112,65	112,65	112,65	112,65	112,65	168,98	168,98	168,98
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	434,00	30	50	50	30	50	50	13,02	21,70	21,70	13,02	21,70	21,70	19,53	32,55	32,55
															391,40	437,48	467,06	587,10	656,22	700,59
2-й день																				
Салат витаминный	60	80	100	капуста белокочанная	174,00	49	63	70	35	45	50	8,53	10,96	12,18	31,02	39,37	43,74	46,53	59,05	65,61
				морковь	169,00	21	27	30,0	16	21	23	3,55	4,56	5,07						
				яблоки свежие	751,00	21	27	30	15	19	21	15,77	20,28	22,53						
				масло растительное	791,00	4,0	4,5	5,0	4,0	4,5	5,0	3,16	3,56	3,96						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
Котлеты из говядины	70	90	100	говядина мякоть	3440,00	80	90	100	75	85	90	275,20	309,60	344,00	283,45	321,57	357,73	425,17	482,35	536,59
				пшеничный хлеб	426,00	7	12	15,0	7	12	15,0	2,98	5,11	6,39						
				яйцо куриное	511,00	5	5	5	5	5	5,0	2,56	2,56	2,56						
				лук репчатый	160,00	7	12	15	5	10	12,0	1,12	1,92	2,40						
				масло растительное	791,00	2,0	3,0	3,0	2,0	3,0	3,0	1,58	2,37	2,37						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
Соус сметанный	20	20	20	сметана	2021,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	20,21	20,21	20,21	30,81	30,81	30,81	46,2	46,2	46,2
				мука 1 сорт	159,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,32	0,32	0,32						
				масло сливочное	5141,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	10,28	10,28	10,28						
Макароны отварные	130	150	180	макароны	420,00	46	53	63	46	53	63	19,11	22,05	26,46	47,76	52,17	52,17	71,6	78,3	78,3
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
				масло сливочное	5141,00	5	5	5	5	5	5	25,71	25,71	25,71						
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200	сухофрукты	630,00	20	20	20	20	20	20	12,60	12,60	12,60	13,88	13,88	13,88	20,81	20,81	20,81
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3	1,28	1,28	1,28						
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	434	30	50	50	30	50	50	13,02	21,70	21,70	13,02	21,70	21,70	19,53	32,55	32,55
															419,933	479,50	520,03	629,90	719,24	780,04
3-й день																				
Куриная грудка с овощами	70	90	100	филе курицы	1676,00	76	80	80	70	75	75	127,38	134,08	134,08	168,62	178,71	165,55	252,93	268,07	248,32
				морковь	169,00	20	23	25	16	19	20	3,38	3,89	4,23						
				лук репчатый	160,00	15	18	20	12	15	17	2,40	2,88	3,20						
				томатная паста	1345,00	3	3	3	3	3	3	4,04	4,04	4,04						
				сладкий перец	800,00	20	23	25	17	19	20	16,00	18,40	20,00						
				масло сливочное	5141,00	3	3	0	3	3	3	15,42	15,42	0,00						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
Гречка рассыпчатая	130	150	180	гречневая крупа	396,00	54,0	63,0	75,0	54,0	63,0	75,0	21,38	24,95	29,70	36,82	50,66	65,70	55,22	75,99	98,54
				масло сливочное	5141,00	3	5	7	3	5	7	15,42	25,71	35,99						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						



Утверждаю
И.О. директора школы им. Абая
Б.Р. Жумашев
"10" 10 2025 г.

Какао с молоком	200	200	200	какао-порошок	4600,00	7	7	7	7	7	7	32,20	32,20	32,20	108,54	108,54	108,54	162,80	162,80	162,80
				молоко	417,00	180	180	180	180	180	180	75,06	75,06	75,06						
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3	1,28	1,28	1,28						
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120	112,65	112,65	112,65	112,65	112,65	112,65	169,0	169,0	169,0
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	434	30	50	50	30	50	50	13,02	21,70	21,70	13,02	21,70	21,70	19,5	32,6	32,6
															439,64	472,26	474,13	659,46	708,39	711,19
4-й день																				
Биточки рыбные	70	90	100	филе минтая	2850,00	80	98	105	74	75	98	228,00	279,30	299,25	242,06	297,09	320,23	363,10	445,63	480,34
				лук репчатый	160,00	6	10	10	5	8	10	0,96	1,60	1,60						
				сухари панировочные	750,00	13	15	20	13	15	20	9,75	11,25	15,00						
				яйцо куриное	511,00	5	5	7	5	5	7	2,56	2,56	3,58						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
Соус молочно-томатный	20	20	20	масло растительное	791,00	1	3	1	1	3	1	0,79	2,37	0,79	26,07	26,07	26,07	39,11	39,11	39,11
				молоко	417,00	10	10	10	10	10	10	4,17	4,17	4,17						
				мука 1 сорт	159,00	3	3	3	3	3	3	0,48	0,48	0,48						
				масло сливочное	5141,00	3	3	3	3	3	3	15,42	15,42	15,42						
Картофельно-морковное пюре	130	150	180	томатная паста	2000,00	3	3	3	3	3	3	6,00	6,00	6,00	94,13	87,86	95,72	141,20	131,79	143,58
				картофель	193,00	140	144	150	93	108	111	27,02	27,79	28,95						
				морковь	169,00	55	75	90	48	57	63	9,30	12,68	15,21						
				молоко	417,00	40	15	25	40	15	25	16,68	6,26	10,43						
				масло сливочное	5141,00	8	8	8	8	8	8	41,13	41,13	41,13						
Поджаривание горошек зеленый	20	25	30	йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01	22,00	27,00	32,00	33,00	40,50	48,00
				горошек зеленый	1000,00	22,0	27,0	32,0	20,0	25,0	30,0	22,00	27,00	32,00						
Напиток лимонный	200	200	200	лимон	1488,00	20	20	20	20	20	20	29,76	29,76	29,76	33,16	33,16	33,16	49,74	49,74	49,74
				сахар	425,00	8	8	8	8	8	8	3,40	3,40	3,40						
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	434	30	50	50	30	50	50	13,02	21,70	21,70	13,02	21,70	21,70	19,53	32,55	32,55
															430,45	492,87	528,88	645,67	739,31	793,32
5-й день																				
Борщ с мясом	200	250	300	говядина мякоть	3440,00	50	65	80	47	58	69	172,00	223,60	275,20	202,67	261,45	320,43	304,01	392,18	480,65
				свекла	239,00	40	50	60	32	40	48	9,56	11,95	14,34						
				капуста белокочанная	174,00	20	25	30	16	20	24	3,48	4,35	5,22						
				картофель	193,00	21	26	32	16	20	24	4,05	5,02	6,18						
				морковь	169,00	10	12	15	8	10	12	1,69	2,03	2,54						
				лук репчатый	160,00	9	12	14	8	10	12	1,44	1,92	2,24						
				томатная паста	1345,00	6	7	8	6	7	8	8,07	9,42	10,76						
				масло растительное	791,00	3	4	5	5	5	7	2,37	3,16	3,96						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
булочка бутербродная с сыром	50	50	50	мука пшеничная высшего сорта	300,00	30	30	30	30	30	30	9,00	9,00	9,00	100,44	100,44	100,44	150,65	150,65	150,65
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	300,00	2	2	2	2	2	2	0,60	0,60	0,60						
				сахар	425,00	2	2	2	2	2	2	0,85	0,85	0,85						
				масло сливочное	5141,00	1	1	1	1	1	1	5,14	5,14	5,14						
				яйцо	511,00	5	5	5	5	5	5	2,56	2,56	2,56						
				молоко 2,5%	417,00	9	9	9	9	9	9	3,75	3,75	3,75						
				сыр твердый	5538,00	13	13	13	13	13	13	71,99	71,99	71,99						
				дрожжи прессованные	5895,00	1	1	1	1	1	1	5,90	5,90	5,90						
				соль йодированная	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
				ванилин	4320,00	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,13	0,13	0,13						
				яйцо	511,00	1	1	1	1	1	1	0,51	0,51	0,51						
Компот из свежих яблок	200	200	200	яблоки свежие	751,00	143	143	143	100	100	100	107,39	107,39	107,39	108,67	108,67	108,67	163,00	163,00	
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3	1,28	1,28	1,28						
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	434,00	30	50	50	30	50	50	13,02	21,70	21,70	13,02	21,70	21,70	19,53	32,55	32,55
															424,80	492,26	551,24	637,20	738,39	663,86

Чай каркаде	200	200	200	каркаде	5460,00	0,1	0,1	0,1	50	50	50	0,55	0,55	0,55	1,82	1,82	1,82	2,73	2,73	2,73
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3	1,28	1,28	1,28						
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120	112,65	112,65	112,65	112,65	112,65	112,65	168,98	168,98	168,98
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50	13,20	22,00	22,00	13,20	22,00	22,00	19,80	33,00	33,00
															383,39	426,47	458,38	575,08	639,70	687,57

4-й день

Котлеты рыбные	70	90	100	филе минтая	2850,00	80	98	105	74	75	98	228,00	299,25	299,25	242,09	320,27	320,27	363,14	480,40	480,40
				лук репчатый	160,00	6	10	10	5	8	10	0,96	1,60	1,60						
				сухари панировочные	750,00	13	15	20	13	15	20	9,75	15,00	15,00						
				яйцо куриное	517,00	5	5	7	5	5	7	2,59	3,62	3,62						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
				масло растительное	791,00	1	1	1	1	1	1	0,79	0,79	0,79						
Соус молочно-томатный	20	20	20	молоко	417,00	10	10	10	10	10	10	4,17	4,17	4,17	24,46	24,46	24,46	36,69	36,69	36,69
				мука 1 сорт	159,00	3	3	3	3	3	3	0,48	0,48	0,48						
				масло сливочное	5260,00	3	3	3	3	3	3	15,78	15,78	15,78						
				томатная паста	1345,00	3	3	3	3	3	3	4,04	4,04	4,04						
Макароны отварные	130	150	180	макароны	420,00	46	53	63	46	53	63	19,11	22,05	26,46	48,36	52,77	48,36	72,5	79,2	72,5
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
				масло сливочное	5260,00	5	5	5	5	5	5	26,30	26,30	26,30						
Подгарнировка горошек зеленый	20	25	30	горошек зеленый	1000,00	22	27	32	20	25	30	22,00	27,00	32,00	22,00	27,00	32,00	33,00	40,50	48,00
Компот из свежих яблок	200	200	200	яблоки свежие	751,00	143	143	143	100	100	100	107,39	107,39	107,39	108,67	108,67	108,67	163,00	163,00	163,00
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3	1,28	1,28	1,28						
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50	13,20	22,00	22,00	13,20	22,00	22,00	19,80	33,00	33,00
															458,78	555,17	555,76	688,17	832,75	833,63

5-й день

5-й день																							
Салат из белокачанной капусты и яблок	60	90	100	капуста белокачанная	174,00	49	63	70	35	45	50	8,53	10,96	12,18	44,08	56,16	62,40	66,12	84,25	93,60			
				морковь	169,00	21	27	30	16	21	23	16,61	21,36	23,73									
				яблоки свежие	751,00	21	27	30	15	19	21	15,77	20,28	22,53									
				масло растительное	791,00	4	5	5	4	5	5	3,16	3,56	3,96									
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01									
Суп гороховый с мясом	200	250	300	говядина мякоть	4320,00	50	65	80	47	58	69	216,00	280,80	345,60	240,92	311,01	381,11	361,39	466,51	571,67			
				картофель	193,00	53	66	80	40	50	60	10,23	12,74	15,44									
				горох лущеный	289,00	16	20	24	16	20	24	4,62	5,78	6,94									
				морковь	169,00	10	13	15	8	10	12	1,69	2,20	2,54									
				лук репчатый	160,00	10	12	14	8	10	12	1,60	1,92	2,24									
				масло растительное	791,00	3	4	5	5	5	7	2,37	3,16	3,96									
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01									
				сухари хлебные	440,00	10	10	10	10	10	10	4,40	4,40	4,40									
булочка с творогом	50	50	50	мука пшеничная высшего сорта	300,00	30	30	30	30	30	30	9,00	9,00	9,00	60,60	60,60	60,60	90,91	90,91	90,91			
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	300,00	2	2	2	2	2	2	0,60	0,60	0,60									
				сахар	425,00	2	2	2	2	2	2	0,85	0,85	0,85									
				масло сливочное	5260,00	1	1	1	1	1	1	5,26	5,26	5,26									
				яйцо	517,00	5	5	5	5	5	5	2,59	2,59	2,59									
				молоко 2,5%	417,00	9	9	9	9	9	9	3,75	3,75	3,75									
				творог	2462,00	13	13	13	13	13	13	32,01	32,01	32,01									
				дрожжи прессованные	5895,00	1	1	1	1	1	1	5,90	5,90	5,90									
				соль йодированная	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01									
				ванилин	4320,00	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,13	0,13	0,13									
				яйцо	517,00	1	1	1	1	1	1	0,52	0,52	0,52									
Напиток лимонный	200	200	200	лимон	1488,00	20	20	20	20	20	20	29,76	29,76	29,76	33,16	33,16	33,16	49,74	49,74	49,74			
				сахар	425,00	8	8	8	8	8	8	3,40	3,40	3,40									
Хлеб ржано-пшеничный пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный пшеничный	440	30	50	50	30	50	50	13,20	22,00	22,00	13,20	22,00	22,00	19,80	33,00	33,00			
															391,97	482,93	559,28	587,95	724,40				

														439,74	492,13	534,23	659,61	738,20	801,35	
4-й день																				
Рыба тушеная с овощами в сметанном соусе	70	90	100	филе минтая	2850,00	70	74	76	63	69	70	199,50	210,90	216,60	214,42	233,28	244,18	321,62	349,92	366,27
				морковь	169,00	10	14	18	8	12	15	1,69	2,37	3,04						
				сметана	2103,00	5	8	10	5	8	10	10,52	16,82	21,03						
				лук репчатый	160,00	7	10	12	5	8	10	1,12	1,60	1,92						
				масло растительное	791,00	2	2	2	2	2	2	1,58	1,58	1,58						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
Картофельно-морковное пюре	130	150	180	картофель	193,00	140	144	150	93	108	111	27,02	27,79	27,02	95,08	88,81	95,08	142,62	133,22	142,62
				морковь	169,00	55	75	90	48	57	63	9,30	12,68	9,30						
				молоко	417,00	40	15	25	40	15	25	16,68	6,26	16,68						
				масло сливочное	5260,00	8	8	8	8	8	8	42,08	42,08	42,08						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
				лимон	1488,00	10,0	10,0	10,0	5,0	5,0	5,0	14,88	14,88	14,88						
Напиток Денсаулык	200	200	200	яблоко	751,00	89,0	89,0	89,0	60,0	60,0	60,0	66,84	66,84	66,84	82,99	82,99	82,99	124,49	124,49	124,49
				сахар	425,00	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	1,28	1,28	1,28						
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50	13,20	22,00	22,00	13,20	22,00	22,00	19,80	33,00	33,00
														405,69	427,08	444,26	608,54	640,63	666,39	
5-й день																				
Салат из варенных овощей	60	80	100	свекла	239	30	40	48	26	29	31	7,17	9,56	11,47	19,17	26,38	31,74	28,76	39,56	47,61
				морковь	169	17	19	28	13	14	22	2,87	3,21	4,73						
				картофель	193	35	50	60	28	33	42	6,76	9,65	11,58						
				масло растительное	791,00	3	5	5	3	5	5	2,37	3,96	3,96						
Суп с макаронными изделиями и мясом	200	250	300	говядина мякоть	4320,00	50	65	80	47	58	69	216,00	280,80	345,60	228,23	296,32	364,42	342,35	444,48	546,63
				макаронные изделия	420,00	16	20	24	16	20	24	6,72	8,40	10,08						
				морковь	169,00	10	12	15	8	10	12	1,69	2,03	2,54						
				лук репчатый	160,00	9	12	14	8	10	12	1,44	1,92	2,24						
				масло растительное	791,00	3	4	5	5	5	7	2,37	3,16	3,96						
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
булочка с творогом	50	50	50	мука пшеничная высшего сорта	300,00	30	30	30	30	30	30	9,00	9,00	9,00	60,60	60,60	60,60	90,91	90,91	90,91
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	300,00	2	2	2	2	2	2	0,60	0,60	0,60						
				сахар	425,00	2	2	2	2	2	2	0,85	0,85	0,85						
				масло сливочное	5260,00	1	1	1	1	1	1	5,26	5,26	5,26						
				яйцо	517,00	5	5	5	5	5	5	2,59	2,59	2,59						
				молоко 2,5%	417,00	9	9	9	9	9	9	3,75	3,75	3,75						
				творог	2462,00	13	13	13	13	13	13	32,01	32,01	32,01						
				дрожжи прессованные	5895,00	1	1	1	1	1	1	5,90	5,90	5,90						
				соль йодированная	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
				ванилин	4320,00	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,13	0,13	0,13						
				яйцо	517,00	1	1	1	1	1	1	0,52	0,52	0,52						
Напиток лимонный	200	200	200	лимон	1488,00	20	20	20	20	20	20	29,76	29,76	29,76	33,16	33,16	33,16	49,74	49,74	49,74
				сахар	425,00	8	8	8	8	8	8	3,40	3,40	3,40						
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440,00	30	50	50	30	50	50	13,20	22,00	22,00	13,20	22,00	22,00	19,80	33,00	33,00
														354,37	438,46	511,92	531,55	657,69	767,88	