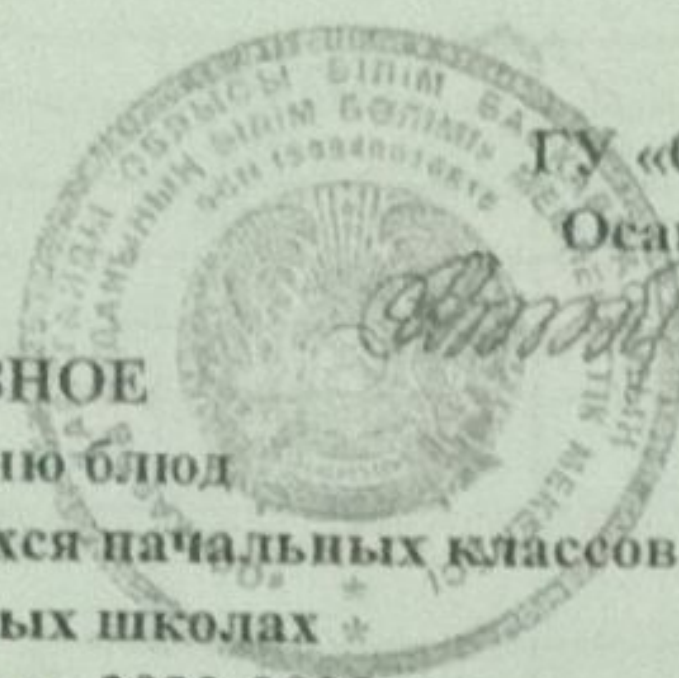


УТВЕРЖДАЮ

Руководитель
ГУ «Отдел образования
Осакаровского района
А.Акмаганбетова



ПЕРСПЕКТИВНОЕ
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся начальных классов
в общеобразовательных школах
за счет бюджетных средств на 2022-2023 год

I Неделя

1-ый день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г |
|-------------------------------|----------------|-------------|-----------|
| Каша рисовая молочная | 200/10 | Молоко | 150 |
| | | Рис | 40 |
| | | Сахар | 10 |
| | | Масло слив | 10 |
| | | Соль йодир. | 1 |
| Бутерброд с маслом с сыром | 20/10/20 | Хлеб р/п | 20 |
| | | Масло слив | 10 |
| | | Сыр | 22 |
| Фрукты | 150 | Яблоко | 150 |
| Чай с молоком с сахаром | 200 | Заварка | 2 |
| | | Сахар | 20 |
| | | Молоко | 100 |
| Калорийность, ккал | | | 586 |
| Сумма с НДС | | | 448 |

2-ой день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г |
|--------------------------------------|----------------|--------------|-----------|
| Салат из моркови и яблока | 60 | Морковь | 60 |
| | | Сахар | 2 |
| | | Масло раст | 5 |
| | | Соль йодир. | 1 |
| | | Яблоко | 30 |
| Куры тушеные в томатном соусе | 80 | Куры потроші | 170 |
| | | Морковь | 10 |
| | | Лук | 20 |
| | | Масло слив | 5 |
| | | Томат | 4 |
| | | Соль йодир. | 1 |
| Макаронные изделия | 100 | Макар. изд. | 35 |
| | | Масло слив | 5 |
| | | Соль йодир. | 1 |
| Компот из св. яблок и сухофруктов | 200 | Яблоки | 45 |
| | | Сахар | 20 |
| | | Лим. К-а | 0,0002 |
| Хлеб р/п | 20 | Хлеб | 20 |
| Калорийность, ккал | | | 634,5 |
| Сумма с НДС | | | 448 |

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г | | |
|--------------------------|----------------|---------------------------|-----------|--|--|
| Каша пшенная молочная | 200/10 | Молоко | 150 | | |
| | | Пшено | 40 | | |
| | | Сахар | 10 | | |
| | | Масло слив | 10 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| Ватрушка с творогом | 100 | Мука пшен. фортиф. в/с | 55 | | |
| | | Дрожжи прессов. | 4 | | |
| | | Молоко | 50 | | |
| | | Сахар | 5 | | |
| | | Яйцо | 3 | | |
| | | м/с | 15 | | |
| | | М/р | 3 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| | | Творог | 50 | | |
| | | ванилин | 1 | | |
| Хлеб р/п | 20 | Хлеб р/п | 20 | | |
| Кисель | 200 | кисель | 24 | | |
| | | Сахар | 10 | | |
| | | Лимон. кис. | 0.0002 | | |
| Калорийность, ккал | | | 541,9 | | |
| Сумма с НДС | | | 448 | | |

3-ий день

4-ый день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г | | |
|-----------------------|----------------|-----------------|-----------|--|--|
| Рыба в соусе (минтай) | 80 | Минтай | 132 | | |
| | | Морковь | 10 | | |
| | | Лук | 11 | | |
| | | Томат | 2 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| | | м/р | 15 | | |
| | | мука | 5 | | |
| Картофельное пюре | 100 | Картоф | 150 | | |
| | | Масло слив | 5 | | |
| | | Молоко | 50 | | |
| | | Соль йодир | 1 | | |
| Сок натуральный | 200 | Сок натуральный | 200 | | |
| Хлеб р/п | 20 | Хлеб | 20 | | |
| Калорийность, ккал | | | 454,34 | | |
| Сумма с НДС | | | 448 | | |

5-ый день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г | | |
|-----------------------------|----------------|---------------|-----------|--|--|
| Суп с макаронными изделиями | 200 | Картофель | 80 | | |
| | | Макар. Изд. | 16 | | |
| | | Лук | 22 | | |
| | | Морковь | 20 | | |
| | | Масло слив | 4 | | |
| | | Мясо груд | 42,6 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| | | м/р | 2,4 | | |
| Пирожок с начинкой | 70 | Мука фор. в/с | 55 | | |
| | | сахар | 15 | | |
| | | дрожжи | 4 | | |
| | | Масло слив | 15 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| | | Мр | 3 | | |
| | | начинка | 40 | | |
| | | молоко | 50 | | |
| Чай с медом | 200/5 | Заварка | 2 | | |
| | | Мед | | | |
| Хлеб р/п | 20 | Хлеб | 20 | | |
| Калорийность, ккал | | | 491,1 | | |
| Сумма с НДС | | | 448 | | |

II неделя 1 день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г | | |
|----------------------------|----------------|--------------|-----------|--|--|
| Каша молочная манная | 200/10 | молоко | 150 | | |
| | | Манная крупа | 49,5 | | |
| | | Масло слив | 10 | | |
| | | Сахар | 10 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| Бутерброд с маслом с сыром | 20/10/20 | Хлеб р/п | 20 | | |
| | | Масло слив | 10 | | |
| | | Сыр твердый | 22 | | |
| Чай с медом | 200/5 | мед | 12 | | |
| | | заварка | 2 | | |
| Фрукты | 150 | Яблоко | 150 | | |
| Калорийность, ккал | | | 581 | | |
| Сумма с НДС | | | 448 | | |

2 день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г | | |
|-------------------------------------|----------------|-------------|-----------|--|--|
| Жаркое по-домашнему | 150 | Мясо гов | 77 | | |
| | | картоф | 135 | | |
| | | Морковь | 50 | | |
| | | Лук | 39 | | |
| | | Томат | 5 | | |
| | | Соль йодир | 1 | | |
| | | м/р | 10 | | |
| Хлеб р/п | 20 | Хлеб | 20 | | |
| Компот из св. фруктов и сухофруктов | 200 | Яблоки | 45 | | |
| | | Сахар | 20 | | |
| | | Лимонка | 0.0001 | | |
| Калорийность, ккал | | | 503,4 | | |
| Сумма с НДС | | | 448 | | |

3 день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г | | |
|---------------------|----------------|------------------------|-----------|--|--|
| Борщ из св. капусты | 200 | свекла | 48 | | |
| | | Морковь | 15 | | |
| | | Лук | 10 | | |
| | | Масло слив | 4 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| | | томат | 6 | | |
| | | Картофель | 60 | | |
| | | Мясо грудинка | 14 | | |
| | | Капуста | 45 | | |
| | | Лим. кис. | 0.0001 | | |
| | | сахар. | 2 | | |
| Ватрушка с творогом | 100 | Мука пшен. фортиф. в/с | 55 | | |
| | | Дрожжи прессов. | 4 | | |
| | | Молоко | 50 | | |
| | | Сахар | 5 | | |
| | | Яйцо | 1 | | |
| | | м/с | 15 | | |
| | | М/р | 3 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| | | Творог | 50 | | |
| ванилин | 0,0015 | | | | |
| Кисель | 200 | кисель | 24 | | |
| | | Сахар | 10 | | |
| | | Лим. кисл. | 0.0001 | | |
| Хлеб р/п | 20 | Хлеб р/п | 20 | | |
| Калорийность, ккал, | | | 475,8 | | |
| Сумма с НДС | | | 448 | | |

4-ый день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г | | |
|-------------------------|----------------|-----------------|-----------|--|--|
| Котлета рыбная (минтай) | 80 | Минтай | 138 | | |
| | | Хлеб пшен | 18 | | |
| | | молоко | 35 | | |
| | | Сухари | 15 | | |
| | | Масло раст | 13 | | |
| | | Масло слив | 5 | | |
| | | Соль йодир. | 1 | | |
| Гречка отварная | 100 | Гречка | 40 | | |
| | | Масло слив | 5 | | |
| | | Соль йодир | 1 | | |
| Сок натуральный | 200 | Сок натуральный | 20 | | |
| | | Сахар | 20 | | |
| | | Лимонка | 0.002 | | |
| Хлеб р/п | 20 | Хлеб | 20 | | |
| Калорийность, ккал | | | 400;14 | | |
| Сумма с НДС | | | 448 | | |

5-ый день

| Наименования блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты | Брутто, г | | |
|-----------------------------------|----------------|--------------|-----------|--|--|
| Каша рисовая молочная «Дружба» | 200/10 | Молоко | 150 | | |
| | | Рис | 40 | | |
| | | Сахар | 10 | | |
| | | Масло слив | 10 | | |
| | | Соль йодир | 1 | | |
| Булочка с начинкой | 75 | Мука фортиф | 50 | | |
| | | Дрожжи пресс | 4 | | |
| | | молоко | 28 | | |
| | | Масло слив | 17 | | |
| | | м/р | 7 | | |
| | | сахар | 15 | | |
| | | яйцо | 1 | | |
| | | яблоки | 60 | | |
| | | мед | 22 | | |
| | | ванилин | 0,002 | | |
| Хлеб р/п | 20 | Хлеб р/п | 20 | | |
| Чай с медом | 200 | Заварка | 2 | | |
| | | Мед | 5 | | |
| Калорийность, ккал | | | 437,15 | | |
| Сумма с НДС | | | 448 | | |