

Бекітемін  
Мектеп директоры  
К. Амралина  
"04" 09 2024 жыл

«Күләш Байсейітова атындағы тірек мектебі (ресурстық орталық)»  
КММ бойынша 2024 оқу жылына арналған бюджет қаражаты  
есебінен жалпы білім беретін мектептердегі бастауып сынып  
оқушыларын тамақтануды ұйымдастыру үшін тағамдардың  
перспективті бір реттік екі апталық (ұсынылатын) ас мәзірі

### 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 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
<b>2-ой день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>
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
<b>3-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>
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
<b>4-й день</b>			
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>
Тефтели из филе курин. с соусом	80	Куриное филе	78
		Мука пшеничная фортиф	8
		Рисовая крупа	12
		Куриное яйцо	0,5
		Масло подсолнеч.	4
		Лук репчатый	50
Картофельное пюре	100	Соль йодир.	1
		Картофель	160
		Молоко	75
		Соль йодир.	1
		Масло сливочное	7

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	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

<b>1-ый день</b>					
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>		
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		
<b>2-ой день</b>					
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>		

Гарнир: гречка отвар	100	Крупа гречневая	53
		Масло слив.	7
		Соль йодир.	1
Куры тушеные	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
<b>3-й день</b>			

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
Чай чёрный с молоком	200	Сыр	11
		Дрожжи	3
		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>
Тефтели рыбные	80	Рыба минтай	50
		Мука пшеничная фартиф	10
		Рисовая крупа	0,5
		Лук репчатый	60
		Масло подсолнеч	5
		Соль йодир.	1
Картофельное пюре	150	Картофель	200
		Молоко	85
		Соль йодир.	1
		Масло сливочное	8
Кондитерское изделие	40	Пряник	40
Хлеб р-п	20	Хлеб р\п	20
Сок натур	200	Сок натур	200
<b>Наименования блюд</b>	<b>Выход блюда, г</b>	<b>Ингредиенты</b>	<b>Брутто,г</b>
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