



УТВЕРЖДАЮ
Директор КГУ «ОШ №2»
А.Рахимжанова
2024 г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ
одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания
учащихся начальных классов в общеобразовательных школах
за счет бюджетных средств на 2024-2025 учебный год

I неделя

1-ый день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Каша молочная рисовая со сливочным маслом	150\5	Молоко 2,5%	106
		Рисовая крупа	30
		Сахар песок	5
		Масло сливочное	5
		Соль пищевая йодированная	0,5
		Вода	70
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Кондитерское изделие	40	Печенье	40
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай черный с молоком	200	Чай черный гранулированный	0,5
		Сахар песок	10
		Молоко 2,5%	50
2-ой день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат из моркови	60	Морковь	60
		Сахар	2
		Масло подсолнечное	11
		Соль пищевая йодированная	0,5
Куры тушеные	80	Куры	80
		Масло подсолнечное	11
		Морковь	10
		Лук репчатый	10
		Томатная паста	3
		Соль пищевая йодированная	1
Гарнир: макаронные изделия	100	Макароны	36
		Масло сливочное	11
		Соль пищевая йодированная	1
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р/п	20
Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	20
		Сахар песок	10
		Лимонная кислота	0,2
3-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Суп гороховый	200	Горох	16
		Картофель	54
		Мясо (говядина/курица на кости)	61
		Морковь	11
		Лук репчатый	10
		Зелень (петрушка/укроп)	2

		Масло растительное	11
		Зелень (петрушка/укроп)	2
Хлеб ржано-пшеничный	20	Соль пищевая йодированная	1
Булочка с творогом	80	Хлеб	20
		Мука пшеничная	52
		Сахар песок	15
		Вода	22
		Масло сливочное	11
		Соль пищевая йодированная	0,5
		Куриное яйцо	0,5
		Масло подсолнечное	11
		Творог	20
Чай с медом	200	Дрожжи	1,5
		Чай черный гранулированный	0,5
		Мед	10

4-й день

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Тфтели рыбные с соусом	80	Минтай	75
		Мука пшеничная	4
		Крупа рисовая	4
		Лук репчатый	8
		Масло подсолнечное	11
		Томатная паста	3
		Вода	10
		Соль пищевая йодированная	1
Гарнир: картофельное пюре	100	Картофель	105,3
		Молоко 2,5%	27
		Соль пищевая йодированная	1
		Масло сливочное	5
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р/п	20
Сок натуральный	200	Сок натуральный	100

5-й день

Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Салат из капусты и моркови	60	Капуста	40
		Морковь	20
		Сахар песок	3
		Масло подсолнечное	11
		Соль пищевая йодированная	0,5
		Лимонная кислота	0,2
Мясные (говядина) биточки с соусом	80	Мясо (говядина)	65
		Хлеб	14,4
		Лук репчатый	10
		Вода	19,2
		Соль пищевая йодированная	1
		Масло подсолнечное	11
		Сухари	8
		Гарнир: гречка отварная	100
		Соль пищевая йодированная	1
		Масло сливочное	5
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р/п	20
Чай с сахаром	200	Чай черный гранулированный	0,5
		Сахар песок	10

II неделя

1-ый день

Наименования блюд	Выход	Ингредиенты	Брутто, г
-------------------	-------	-------------	-----------

	блюда, г		
Суп «Харчо»	200	Рис	26
		Картофель	20
		Морковь	15
		Лук репчатый	15
		Соль пищевая йодированная	1
		Масло сливочное	5
		Мясо (говядина\курица на кости)	61
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р\п	20
Кондитерское изделие	40	Печенье	40
Фрукты	150	Яблоко	150
Чай с сахаром	200	Чай черный гранулированный	0,5
		Сахар песок	10
2-ой день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Куры тушеные	80	Куры	80
		Масло подсолнечное	11
		Морковь	10
		Лук репчатый	10
		Томатная паста	3,5
		Соль пищевая йодированная	1
Гарнир: гречка отварная	100	Крупа гречневая	40,3
		Масло сливочное	5
		Соль пищевая йодированная	1
Салат овощной	60	Капуста	45
		Морковь	15
		Зеленый горошек	10
		Масло подсолнечное	11
		Соль пищевая йодированная	0,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	20
		Сахар песок	10
		Лимонная кислота	0,2
3-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Каша молочная кукурузная	200	Молоко 2,5%	106
		Вода	90
		Крупа кукурузная	45
		Масло сливочное	5
		Сахар песок	5
		Соль пищевая йодированная	1
Булочка с творогом	80	Мука пшеничная	52
		Сахар песок	15
		Вода	22
		Масло сливочное	5
		Соль пищевая йодированная	0,5
		Куриное яйцо	1
		Масло подсолнечное	11
		Творог	20
		Дрожжи	1,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р\п	20
Чай черный с молоком	200	Чай черный гранулированный	0,5
		Сахар песок	10
		Молоко 2,5%	50
4-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г

Суп рыбный	200	Картофель	100
		Крупа рис	7
		Морковь	11
		Лук репчатый	10
		Рыбные консервы в масле	20
		Масло сливочное	5
		Вода	140
		Соль пищевая йодированная	1
Хлеб ржано-пшеничный с сыром	20/10	Хлеб р/п	20
		Сыр	10
Сок натуральный	200	Сок	200
5-й день			
Наименования блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты	Брутто, г
Тефтели (говядина) с соусом	80	Мясо (говядина)	61
		Вода	12
		Мука пшеничная	3
		Лук репчатый	24
		Рис	5
		Масло подсолнечное	11
		Томатная паста	4
		Соль пищевая йодированная	1
Гарнир: макаронные изделия	100	Макароны	36
		Масло сливочное	5
Кисель	200	Кисель	15
		Сахар песок	10
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб р/п	20