



Мектеп директорының мәжілісі
Ж.Т.Рустемова

02.09

2025ж

шма-весна

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г			Нетто, г		
	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											
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	150/10	200/10	200/10	крупа пшенино	391,00	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030
				крупа рисовая	694,00	0,008	0,015	0,015	0,008	0,015	0,015
				молоко 2,5%	421,00	0,076	0,100	0,100	0,076	0,103	0,103
				мед	3000,00	0,004	0,004	0,004	0,005	0,005	0,005
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010
Бутерброд с маслом	20/10	35/10	40/15	соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010
яблоко	120	120	120	хлеб ржаной пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,035	0,020	0,035	0,035
чай с молоком и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5	яблоко	580,00	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120
				чай высшего сорта	5664,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				молоко 2,5%	421,00	0,021	0,021	0,021	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
2 день											
винегрет овощной	60	100	100	картофель	220,00	0,025	0,042	0,042	0,019	0,031	0,031
				масло растительное	634,00	0,006	0,01	0,01	0,006	0,010	0,010
				свекла	239,00	0,023	0,038	0,038	0,022	0,036	0,036
				капуста свежая	119,00	0,013	0,021	0,021	0,009	0,015	0,015
				огурцы соленые	650,00	0,011	0,018	0,018	0,010	0,016	0,016
плов из птицы	180	250	250	соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				курица/филе	2130,00	0,105	0,143	0,143	0,100	0,140	0,140
				масло растительное	634,00	0,008	0,015	0,015	0,008	0,015	0,015
				крупа рисовая	694,00	0,035	0,070	0,070	0,035	0,070	0,070
				морковь	160,00	0,010	0,019	0,019	0,008	0,015	0,015
компот из смеси сухофруктов	200	200	200	лук репчатый	97,00	0,009	0,018	0,018	0,008	0,015	0,015
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,001	0,001	0,0008	0,0015	0,0015
				сухофрукты	1500,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
				кислота лимонная	1400,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
хлеб ржаной пшеничный	30	50	50	хлеб ржаной пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,035	0,020	0,035	0,035
3-й день											
тефтели мясные (духовые)	80	100	100	говядина (котлетное мясо)	2716,00	0,009	0,086	0,086	0,050	0,063	0,063
				крупа рисовая	694,00	0,007	0,008	0,008	0,007	0,008	0,008
				лук репчатый	97,00	0,025	0,035	0,035	0,024	0,030	0,030
				масло растительное	634,00	0,004	0,005	0,005	0,004	0,005	0,005
				мука пшеничная 1сорт	166,00	0,005	0,007	0,007	0,005	0,007	0,007
соус красный основной	20	20	20	соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				масло растительное	634,00	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004
				мука пшеничная 1сорт	166,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				томатное пюре	1200,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
				морковь	160,00	0,002	0,002	0,002	0,0016	0,0016	0,0016
гарнир макарон отварные с маслом сливочным	100/10	150/10	150/10	лук репчатый	97,00	0,0005	0,0005	0,0005	0,0004	0,0004	0,0004
				сахар	387,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				макарон	549,00	0,035	0,033	0,033	0,035	0,033	0,033
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010
компот из смеси сухофруктов	200	200	200	соль йодированная	83,00	0,0001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				сухофрукты	1500,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
				кислота лимонная	1400,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				хлеб ржаной пшеничный	30	50	50	хлеб ржаной пшеничный	385,00	0,020	0,035
4-й день											
бюфетки рыбные (духовые)	80	100	100	минтай	1900,00	0,066	0,089	0,089	0,048	0,065	0,065
				хлеб пшеничный из муки 1 сорта	173,00	0,014	0,018	0,018	0,014	0,018	0,018
				молоко 2,5%	421,00	0,019	0,025	0,025	0,019	0,025	0,025
				сухари	600,00	0,007	0,010	0,010	0,007	0,010	0,010
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
соус красный основной	20	20	20	масло растительное	634,00	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004
				мука пшеничная 1сорт	166,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				томатное пюре	1200,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
				морковь	160,00	0,002	0,002	0,002	0,0016	0,0016	0,0016
				сахар	387,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003

Вяленое	120	120	120	вяленое	580,00	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120				
чай черный с сахаром	200x4	200x4	200x4	чай высшего сорта	5664,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001				
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003				
Хлеб ржаной пшеничный	30	50	50	хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040				
4-й день															
Гарнир с картофелем в картофельном масле говядина	200	240	240	картофель	230,00	0,040	0,040	0,040	0,040	0,040	0,040				
				говядина (колетное мясо)	2716,00	0,077	0,102	0,102	0,076	0,098	0,098				
				картофель	97,00	0,006	0,009	0,009	0,005	0,007	0,007				
				масло сливочное	4743,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005				
				молоко 2,5%	421,00	0,014	0,018	0,018	0,014	0,023	0,023				
				сахар	600,00	0,008	0,01	0,01	0,008	0,012	0,012				
				масло растительное	634,00	0,006	0,006	0,006	0,005	0,007	0,007				
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001				
				масло растительное	634,00	0,0064	0,0064	0,0064	0,0064	0,0064	0,0064				
				мука пшеничная 1 сорт	166,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001				
				томатное пюре	1200,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002				
Пюре из картофеля с сахаром	80	80	80	картофель	220,00	0,117	0,180	0,180	0,088	0,138	0,138				
				молоко 2,5%	421,00	0,016	0,024	0,024	0,018	0,023	0,023				
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001				
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010				
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003				
				кв. вода лимонная	1400,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001				
				хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040				
				5-й день											
				компот из яблок	200	200	200	яблоки	580,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020
								сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
				Хлеб ржаной-пшеничный	30	50	50	хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040
6-й день															
1-й день															
Салат молочная рисовая со сливочным маслом	150-10	200-10	200-10	крупа рисовая	694,00	0,023	0,031	0,031	0,023	0,031	0,031				
				молоко 2,5%	421,00	0,132	0,176	0,176	0,132	0,176	0,176				
				масло сливочное	4743,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005				
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001				
чай с молоком и сахаром	200-20-5	200-20-5	200-20-5	чай высшего сорта	5664,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001				
				молоко 2,5%	421,00	0,021	0,021	0,021	0,02	0,02	0,02				
молоко	120	120	120	молоко	580,00	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120				
Вяленое с сыром	30-10	50-10	50-15	сыр твердый	5221,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010				
				хлеб	385,00	0,020	0,035	0,045	0,020	0,035	0,045				
2-й день															
салат из белокочанной капусты, моркови	60	100	100	белокочанная капуста	119,00	0,044	0,063	0,063	0,035	0,050	0,050				
				морковь	160,00	0,011	0,031	0,031	0,010	0,030	0,030				
				укроп	2000,00	0,003	0,003	0,003	0,004	0,004	0,004				
				сахар	387,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001				
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001				
				масло растительное	634,00	0,006	0,010	0,010	0,006	0,010	0,010				
				котлеты мясные(духовые)	80	100	100	говядина (колетное мясо)	2716,00	0,077	0,102	0,102	0,086	0,098	0,098
								картофель	173,00	0,014	0,018	0,018	0,014	0,023	0,023
укроп	97,00	0,006	0,009					0,009	0,005	0,007	0,007				
молоко 2,5%	421,00	0,014	0,018					0,018	0,014	0,023	0,023				
сахар	600,00	0,008	0,01					0,01	0,008	0,012	0,012				
масло растительное	634,00	0,005	0,006					0,006	0,005	0,007	0,007				
соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001					0,0001	0,0001	0,0001	0,0001				
масло растительное	634,00	0,0064	0,0064					0,0064	0,0064	0,0064	0,0064				
соус красный острый	20	20	20	морковь	160,00	0,002	0,002	0,002	0,0016	0,0016	0,0016				
				укроп	97,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0004	0,0004	0,0004				
				сахар	387,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003				
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001				
				картофель	220,00	0,117	0,180	0,180	0,088	0,138	0,138				
				молоко 2,5%	421,00	0,016	0,024	0,024	0,018	0,023	0,023				
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001				
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010				
компот из смеси сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	1300,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020				
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003				
				кв. вода лимонная	1400,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001				
Хлеб ржаной-пшеничный	30	50	50	хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040				
3-й день															
гуляш (курица)	80	100	100	филе курицы	2716,00	0,162	0,216	0,218	0,119	0,159	0,159				
				морковь	160,00	0,010	0,035	0,035	0,008	0,012	0,012				
				укроп	97,00	0,007	0,01	0,01	0,006	0,008	0,008				
				масло растительное	634,00	0,007	0,01	0,01	0,007	0,01	0,01				
				томатная паста	1200,00	0,008	0,010	0,010	0,008	0,010	0,010				
				мука пшеничная 1 сорт	166,00	0,005	0,006	0,006	0,005	0,006	0,006				
				соль йодированная	83,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001				
				масло сливочное	4743,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005				
гарнир гречневая рассыпчатая	100	150	150	гречка	383,00	0,048	0,071	0,071	0,048	0,071	0,071				
				соль йодированная	83,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001				
				сухофрукты	1500,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020				

компот из смеси сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	1500,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
				кислота лимонная	1400,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
хлеб ржаной пшеничный	30	50	50	хлеб ржаной пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040
4-й день											
котлеты рыбные (духовые)	80	100	100	минтай	1900,00	0,066	0,089	0,089	0,048	0,065	0,065
				хлеб пшеничный из муки 1 сорта	173,00	0,014	0,018	0,018	0,014	0,018	0,018
				молоко 2,5%	421,00	0,019	0,025	0,025	0,019	0,025	0,025
				сахар	600,00	0,007	0,010	0,010	0,007	0,010	0,010
соус красный основной	20	20	20	соль йодированная	83,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				масло растительное	634,00	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004
				мука пшеничная 1 сорта	166,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				томатное пюре	1200,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
				морковь	160,00	0,002	0,002	0,002	0,0016	0,0016	0,0016
				лук репчатый	97,00	0,0005	0,0005	0,0005	0,0004	0,0004	0,0004
				сахар	387,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				макаронны	549,00	0,035	0,053	0,053	0,035	0,053	0,053
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,015	0,015	0,010	0,015	0,015
гарнир макаронны отварные с маслом сливочным	100/10	150/10	150/15	соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				макаронны	580,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
				яблоко	580,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
компот из яблок	200	200	200	сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
				кислота лимонная	1440,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				хлеб ржаной пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040
5-й день											
Суп-лапша с птицей	200/25	250/25	250/25	курица(филе)	2100,00	0,035	0,035	0,035	0,030	0,030	0,030
				лапша	557,00	0,016	0,020	0,020	0,016	0,020	0,020
				морковь	160,00	0,010	0,013	0,013	0,008	0,010	0,010
				лук репчатый	97,00	0,009	0,012	0,012	0,008	0,010	0,010
				масло растительное	634,00	0,002	0,003	0,003	0,002	0,003	0,003
				соль йодированная /	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
булочка с творогом	50	50	50	мука пшеничная высшего сорта	320,00	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030
				мука пшеничная высшего сорта (на подъем)	320,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
				масло сливочное	4743,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				яйцо (II категории)	507,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005
				молоко 2,5%	421,00	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009
				творог	2353,00	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013
				дрожжи прессованные	5895,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				соль йодированная	83,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003
				ванилин	5000,00	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003
чай с молоком и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5	чай высшего сорта	5664,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				молоко 2,5%	421,00	0,021	0,021	0,021	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003
				яблоко	580,00	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120
хлеб ржаной пшеничный	30	50	50	хлеб ржаной пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040