

Согласовано

Медработник: Плевако
Плевако Н.М.

Директор школы: Сатыбаева Г.М.
Сатыбаева Г.М.



**Перспективное сезонное (зима-весна) двухнедельное меню на организацию горячего
питания для учащихся 1-4 классов на 2022-2023 учебный год
КГУ «Павловская СОШ» отдела образования Успенского района, управления образования Павлодарской области**

1 неделя, 1-ый день							
Ас мәзірі/ Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход/гр				Брутто/гр		
Суп лапша домашняя (курица)	200/25	230/25	250/25	мука пшеничная	16	18	20
				яйца	5	6	7
				вода			
				соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				лук репчатый	9	10	11
				масло сливочное	1,6	1,84	2
				бульон	189	217	236
				курица	54	54	54
Салат из свежих овощей	60	80	100	морковь	18	24	30
				капуста	41	55	69
				масло растительное	8	11	13
Кисель из плодов шиповника	200	200	200	плоды шиповника	8	8	8
				крахмал картофельный	10	10	10
				вода	200	200	200
				лимонная кислота	0,3	0,3	0,3
				сахар	24	24	24

Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
1 неделя, 2-ой день							
Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход/гр.				Брутто/гр.		
Тефтели мясные (говядина)	80	90	100	говядина фарш	69	78	87
				хлеб пшеничный	11	12	13
				молоко	16	18	20
				лук репчатый	32	36	40
				масло растительное	4	5	6
				мука пшеничная	5	6	7
				масло сливочное	4	5	5
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150	крупа гречневая	48	62	71
				масло сливочное	4	5	6
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Молоко	200	200	200	молоко	200	200	200
Сузбеше	100	100	100	сузбеше	100	100	100
Банан	200	200	200	банан	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
1 неделя, 3-ий день							
Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход /гр.				Брутто /гр.		
Суп рисовый	200/25	230/25	250/25	рис	10	10	15
				морковь	15	20	20
				лук репчатый	15	20	20
				масло растительное	5	5	5
				томатная паста	5	5	5
				картофель	50	60	80
				говядина	54	54	54
Чай сладкий	200	200	200	чай	2	2	2
				сахар	10	10	10

Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Яблоко	200	200	200	яблоко	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

I неделя, 4-ый день

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход /гр.				Брутто /гр.		
Котлеты рыбные	80	90	100	судак	107	120	133
				хлеб пшеничный	15	17	19
				молоко или вода	20	23	26
				сухари	7	8	9
				масло растительное	11	12	13
Гарнир: картофельное пюре	100	130	150	картофель	115	150	174
				молоко	17	22	26
				масло сливочное	2,5	3,25	3,75
Салат морковный	60	80	100	морковь	64	86	108
				сахар	4	5	6
				масло растительное	6	8	10
Сок натуральный	200	200	200	сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

I неделя, 5-ый день

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход /гр.				Брутто /гр.		
Суп харчо	200/25	230/25	250/25	рис	15	17	18
				лук репчатый	19	22	24
				масло сливочное	8	9	10
				томатная паста	6	7	8
				бульон	200	230	250
Чай сладкий	200	200	200	говядина	54	54	54
				чай	2	2	2
				сахар	10	10	10

Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Груша	200	200	200	груша	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
2 неделя, 1-ый день							
Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход гр.				Брутто /гр.		
Зразы рубленые	80	90	100	говядина фарш	60	68	76
				хлеб пшеничный	9	10	11
				молоко	12	14	16
				лук репчатый	35	40	45
				масло растительное	9	10	11
				яйца	5	6	7
				сухари	7	8	9
Гарнир: рис отварной	100	130	150	рис	45	50	70
				масло сливочное	4	5	6
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Салат из белокочанной капусты	60	80	100	капуста белокочанная	58	78	98
				сахар	4	5	6
				масло растительное	4	5	6
				зелень	7	9	11
Чай сладкий	200	200	200	чай	2	2	2
				сахар	10	10	10
Сузбеше	100	100	100	сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
2 неделя, 2-ой день							
Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход/гр.				Брутто /гр.		
Суп с вермишелью	200/25	230/25	250/25	вермишель	16	18	20
				морковь	11	13	14

				лук репчатый	9	10	11
				масло растительное	4	5	5
				томатная паста	3	3	3
				бульон	191	220	240
				говядина	54	54	54
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	15	15	15
				сахар	20	20	20
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Банан	200	200	200	банан	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

2 неделя, 3-ий день

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход гр.				Брутто /гр.		
Щи из свежей капусты	200	230	250	капуста свежая	69	79	86
				морковь	11	13	14
				лук репчатый	9	10	11
				томатная паста	3	3	3
				мука пшеничная	3	3	3
				масло растительное	4	5	5
				бульон	160	184	200
				говядина	54	54	54
				сметана	8	9,2	10
Салат свекольный	60	80	100	свекла	65	83	109
				масло растительное	8	11	14
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Сок натуральный	200	200	200	сок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

2 неделя, 4-ый день

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход/гр.				Брутто /гр.		

Рыба припущенная с соусом	75/50	75/50	75/50	минтай	125	130	140
				лук репчатый	10	15	20
				сметана	10	10	10
				мука пшеничная	3	3	3
				морковь	10	15	20
				масло растительное	5	5	5
Гарнир: рис отварной	100	130	150	рис	45	50	70
				масло сливочное	4	5	6
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Яблоко	200	200	200	яблоко	200	200	200
Кисель	200	200	200	кисель	200	200	200
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40
2 неделя, 5-ый день							
Ас мэзірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход гр.				Брутто /гр.		
Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	капуста	20	23	25
				лук репчатый	53	61	66
				картофель	8	9	10
				морковь	11	13	14
				горошек зеленый консервированный	9	10	11
				масло растительное	4	5	5
				бульон	151	174	190
				говядина	54	54	54
Салат витаминный	60	80	100	яблоки свежие	14	18	23
				помидоры свежие	18	24	29
				огурцы свежие	15	20	25
				морковь	11	15	19
				лимон для сока	6	8	10
				сахар	0.6	0.8	1

				масло растительное	12	16	20
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Чай сладкий	200	200	200	чай	2	2	2
				сахар	10	10	10