

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Республиканского

Б.О.

Искандер

Токмолова

БОЛАТ

ОРАЗБАЕКНА

Б.О.



УТВЕРЖЕНО:

Директор

КГУ «Общественная средняя школа

села Бозайгыр» филиала образования

по Шортандинскому району управления

образования Акмолинской области»

Шортанды А.С.



Четырехцелевое меню

для организации питания учащихся

КГУ «Общественная средняя школа села Бозайгыр

отдела образования по Шортандинскому району управления

образования Акмолинской области»

на 2023-2024 учебный год

1 неделя 1 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Или реализация блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп лапша домашняя	200/25	240/25	220/25	Мука пшеничная обогатенная	7	7	10
				Яйце	5	6	7
				Вола	3	3	3
				Соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				Лук репчатый	9	10	11
				Масло сливочное	4	5	5
Яблоко	1 штук			Бульон	189	217	237
Кисель		1 шт.	1 шт	яблоко	1 шт	1 шт	1 шт
				Кисель	8	8	8
				Сахар	24	24	24
				Вола	218	218	218
Хлеб ржано-пшеничный с маслом	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
				Масло сливочное	7	9	10

1 неделя 2 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Или реализация блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Котлеты мясные	60	60	60	Говядина (хл. л. стное мясо)	60	60	6
				Хлеб пшеничный	14	16	18
				сметан	3	4	4
				Лук	5	7	10
				Масло растительное	3	6	7
				яйце	2	4	4
Гарнир макаронты отварные	75/26	100/20	120/30	Макаронты	36	47	54
				Масло сливочное	12	16	18
Чай черный	200	200	200	чай	2	2	2
				сахар	9	12	15
				молоко	10	10	10
Салат витаминный	50	50	50	Капуста белокочанная	5	74	91
				Морковь	10	13	17
				огурцы	16	22	27
				Масло растительное	10	13	16
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

1 неделя 3-й день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Итоговое количество	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Борщ с свеклой	200/25	230/25	230/25		23	26	28
Котлет					5	6	7
					120	130	150
					0,7	0,4	0,4
					9	10	11
					4	5	5
					5	5	6
					30	30	30
					8	8	8
					24	24	24
					218	218	218
					20	35	40
					20	20	20

1 неделя 4 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Итоговое количество	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
рыбные палочки	20	40	40		40	40	40
1 ярлик: рис припущенный	100	130	130		8	9	10
					8	9	10
					4	5	5
					37	48	55
					4	5	6
					73	95	110
					35	35	40
					6	8	10
					10	10	10
					8	8	8
					24	24	24
					218	218	218
					20	30	30
					20	35	40

1 неделя 5 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
сосиска пельней отварная	150	150	180	Сосиска Крупа гречневая	40	40	40
Гарнир : гречка рассыпчатая	40	50	60	Масло сливочное	48	62	71
Салат капустный	200	200	200	<i>Квашеная капуста</i> чай	4	5	6
Чай каркаде				Сахар	40	50	60
Хлеб пшеничный	20	35	40	Хлеб пшеничный	20	20	20
					20	35	40

2 неделя 1 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Вид ингредиентов блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
пельмени с бульоном	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обогращенная Фарш мясной	16	18	20
				Яйца	80	80	84
				Шоко	5	6	7
				Соль йодированная	3	3	3
				Дук репчатый	0.4	0.4	0.4
				Масло сливочное	9	10	11
				Бульон	4	5	5
Печенье кофе	40	40	40		180	217	237
Чай черный	200	200	200	печенье чай	40	40	40
Хлеб ржано-пшеничный с сыром	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный с сыром	200	200	200
					20	35	40

4 недели 4 день.

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
рыбные палочки	40	40	40	Фарш рыбный	40	40
				морковь	8	9
				Лук репчатый	8	9
Гарнир: гречка	100	130	130	Масло растительное	4	5
				Гречка	37	48
Компот	200	200	200	Масло сливочное	4	5
	20	30	30	бульон	73	95
	20	35	40	Сок натуральный	200	200
Хлеб пшеничный				пряник	20	30
				Хлеб пшеничный	20	35

4 недели 5 день.

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Каша рисовая на молоке	150	180	200	Рис	30	35
				молоко	100	120
				сахар	5	5
				Масло сливочное	20	20
				Соль	1	1,5
Сухарики	30	30	30	Сухарики	100	100
Чай сладкий	200	200	200	Чай	0,2	0,2
				Сахар	20	20
Хлеб пшеничный	20	35	40	Хлеб пшеничный	20	35
						40

2 неделя 4 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	рыбные палочки	40	40		40	Фарш рыбный морковь Лук репчатый Масло растительное Гречка	40 8 8 4 37
Гарнир: гречка	100	130	130	Масло сливочное бульон Сок натуральный поязык Хлеб -пшеничный	4 74 200 20 20	5 95 200 30 35	6 110 200 30 40

2 неделя 5 день

Наименование блюда	Выход блюдо, г			Ингредиенты блюдо	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Каша рисовая с молоке	150	180		200	Рис молоко сахар Масло сливочное Соль	40 100 5 20 1
Субботе	30	30	30	Субботе	100	100	100
Чай сладкий	200	200	200	Чай Сахар Хлеб пшеничный	0,2 20 20	0,2 20 35	0,2 20 40
Хлеб пшеничный	20	35	40				

3 недели 1 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп лапша домашняя	200/25	230/25	230/25	Мука пшеничная обдирочная Яйца Нода Соль йодированная Лук репчатый Масло сливочное	7 5 3 0,4 9 4	7 6 3 0,4 10 5	10 7 3 0,4 11 5
Яблоко	1 шоук	1 шт.	1 шт.	Бульон яблоко	189 1 шт.	217 1 шоук	237 1 шт.
Кисель				Кисель Сахар Вода	8 24 218	8 24 218	8 24 218
Хлеб ржано-пшеничный с маслом	20	35	30	Хлеб ржано-пшеничный Масло сливочное	20 7	35 9	40 10

3 недели 2 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Котлеты мясные	60	60	60	Говядина (безжировое мясо) Хлеб пшеничный спелый Лук Масло растительное яйцо	60 14 3 5 5 2	60 16 4 7 6 4	6 18 4 10 7 4
Гарнир : макароны отварные	75/26	100/30	120/30	Макаронн	36	47	54
Чай черный	200	200	200	Масло сливочное Чай сахар	12 2 9	16 2 12	18 2 13
Салат витаминный	50	50	50	молоко Капуста белокочанная Морковь огурцы Масло растительное	10 5 10 16 10	10 34 13 22 13	10 91 17 27 16
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	30	Хлеб ржано-пшеничный	10 20	10 35	10 40

3 неделя 3-й день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда		
	7-10 лет 200/25	11-14 лет 230/25	15-18 лет 220/25	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Борщ с свеклой $\frac{1}{2}$				23	36	28
				5	6	7
				120	130	150
				0,4	0,4	0,5
Компот				5	5	6
				30	30	30
				8	8	8
				24	24	24
				218	218	218
Хлеб пшеничный с сыром Сыр				20	35	40
				20	20	20

3 неделя 4 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда		
	7-10 лет 40	11-14 лет 40	15-18 лет 40	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
рыбные палочки				40	40	40
				8	9	9
				8	9	10
				4	5	5
				37	48	55
Гарнир: рис припущенный	100	130	130			
				4	5	6
				73	95	110
	50	50	60	35	35	40
				6	8	10
Салат морковный				10	10	10
				8	8	8
	200	200	200	24	24	24
				218	218	218
Сок натуральный				20	30	30
				20	30	30
				20	35	40
пряник Хлеб пшеничный				20	20	20

3 неделя 5 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Наименование блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
сосиска цельная отварная	150	150	180	Сосиски	40	40	40
Гарнир : гречка размоленная	40	50	60	Крупа гречневая	48	62	71
Салат капустный	200	200	200	Масло сливочное	4	5	6
Чай каркаде	20	35	40	<i>Каркаде</i> чай	40	50	60
Хлеб пшеничный				Сахар	20	20	20
				Хлеб пшеничный	20	35	40

4 неделя 1 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Наименование блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
пельмени с бульоном	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обдирочная	16	18	20
				Фарш мясной	80	84	84
				Яйца	5	6	7
				Вода	3	3	3
				Соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				Лук репчатый	9	10	11
				Масло сливочное	4	5	5
				Бульон	189	217	237
Печенье кофе	40	40	40	печенье	40	40	40
Чай черный	200	200	200	Чай	200	200	200
Хлеб разное пшеничный с сыром	20	35	40	Хлеб разное пшеничный с сыром	20	35	40