

«Утверждаю»

Руководитель

ГУ «Отдел образования города Сатпаев»

управления образования

Карагандинской области

Б.Б.Акишбеков

«01» 01 2022 г.



Перспективное

(рекомендованное) двухнедельное меню блюд для организации питания учащихся начальных классов в общеобразовательных школах за счет бюджетных средств на 2022 год

1 неделя

1 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Каша молочная с маслом (пшениная, манная, пшеничная, кукурузная, рисовая)	200	Крупа Молоко Сахар Масло сливочное соль	30 50 10 5 0,5
Бутерброд с маслом	20/10	Хлеб Масло сливочное	20 10
Какао	200	Какао Молоко Сахар	2 20 15
Яблоко	1 шт	Яблоко	1 шт

1 неделя

2 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Тефтели с соусом	75/85	Мясо Хлеб пшеничный Молоко Сухари Масло сливочное Рис Соль томат	38 5 5 5 2 5 1 2
Гарнир: макароны отварные	130	макароны М. сливочное Соль	95 5 0,3
Хлеб	20/40	Хлеб	20
Компот из сухофруктов	200	Сахар Сухофрукты	20 20

1 неделя

3 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Суп рисовый	200	Рис Картофель Морковь Лук М. сливочное Костный бульон Соль	16 40 8 8 5 123 1
Печенье	30	Печенье	30
Сладкий чай	200	Заварка Сахар	2 15
Хлеб	20/40	Хлеб	20

1 неделя

4 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Котлеты рыбные	75/85	Фарш рыбный (судак, минтай) Хлеб пшеничный Молоко Лук М. слив М. растит мука соль	20 10 5 8 7 4 2 4 0,2
Гарнир: пюре гороховое	130	Масло растительное Горох М. сливочное Соль	5 90 5 0,1
Хлеб	20/40	Хлеб	20
Кисель с витамином С	200	Кисель Сахар Лимонная кислота Витамин С порошок	24 10 0,0002 0,00007

1 неделя

5 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Салат из свежих овощей	60/80	Овощи Масло растит.	50 5
Плов (мясо птицы)	150/200	Мясо птицы Рис Лук Морковь М. растительное Соль	85 70 10 25 10 1
Хлеб	20/40	Хлеб	20
Молоко с медом	200	Молоко	200

		мед	0,005
--	--	-----	-------

2 неделя

1 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Каша молочная с маслом (пшениная, манная, пшеничная, кукурузная, рисовая)	200	Крупа Молоко Сахар Масло сливочное соль	30 50 10 5 0,3
Бутерброд с маслом и сыром	20/10/10	Хлеб Масло Сыр	20 10 10
Какао	200	Какао Молоко Сахар	2 20 15
Пряники	30	Пряники	30

2 неделя

2 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Гуляш с соусом	70/90	Мясо Масло растит. Лук Соль томат	40 5 15 0,3 2
Гарнир: гречка	130	Гречка М. сливочное соль	95 5 0,2
Хлеб	20/40	Хлеб	20
Компот из сухофруктов	200	Сахар Сухофрукты	20 20

2 неделя

3 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Суп гороховый	200	Горох Картофель Морковь Лук М. сливочное Костный бульон соль	16 40 8 8 5 123 1
Печенье	30	Печенье	30
Чай с сиропом	200	Заварка	2

шиповника		Сироп шиповника	10
Хлеб	20/40	Хлеб	20

2 неделя

4 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Салат из свежих овощей	60/80	Овощи Масло растит.	45 5
Биточки рыбные	75/85	Фарш рыбный (судак, минтай) Хлеб пшеничный Молоко Лук М. слив М. растит мука соль	20 10 5 8 7 4 2 4 0,2
Гарнир: пюре картофельное	130	Масло растительное Горох М. сливочное соль	5 90 5 0,2
Хлеб	20/40	Хлеб	20
Кисель с витамином С	200	Кисель Сахар Лимонная кислота Витамин С порошок	24 10 0,0002 0,00007

2 неделя

5 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингридиенты	Брутто, г
Салат из свежих овощей	60/80	Овощи Масло растит.	45 5
Мясо тушеное (курица)	75/85	Курица Лук Мука М. растительное Томат соль	130 70 10 25 10 0,2
Гарнир: макароны отварные	130	макароны М. сливочное соль	95 5 0,2
Хлеб	20/40	Хлеб	20
Сок натуральный	200	Сок натуральный	200

Варианты меню могут меняться по дням недели и сезонности года.