

Согласовано  
 Руководитель  
 «Управления охраны общественного здоровья  
 Павлодарского района»

С.К. Султангалиев

Утверждаю  
 Директор  
 ГУ «Розовская СОШ»

Р.Ю. Антоенко

Перспективное четырехнедельное меню  
 Розовской СОШ  
 I-II классов  
 на 2018-2019 уч. год  
 I неделя  
 (зима-весна)

День недели	Наименование блюда	Выход блюда			Ингредиенты блюда	Брутто, гр.		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1-й день	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	Капуста белокочанная	20	23	25
					Картофель	53	61	67
					Морковь	11	13	13
					Лук репчатый	9	10	12
					Горошек консервированный	9	10	11
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон говяжья	151	174	188
	Котлеты рыбные	80	90	100	судак	107	120	133
					Хлеб пшеничный	15	17	19
					Молоко или вода	20	23	26
	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150	Сухари	7	8	9
					Масло растительное	11	12	13
					Картофель	115	150	174
					Молоко	17	22	26
					Масло сливочное	7	9	10
					яблоко	200	200	200

Согласовано  
 Руководитель  
 «Управления охраны общественного здоровья  
 Павлодарского района»  
 \_\_\_\_\_ С.К. Султангалиев

Утверждаю  
 ГУ «Розовская СОШ»

Директор  
 \_\_\_\_\_ Р.Ю. Антоненко

**Перспективное четырехнедельное меню  
 Розовской СОШ  
 1-11 классов  
 на 2018-2019 уч. год  
 1 неделя  
 (зима-весна)**

День недели	Наименование блюда	Выход блюда			Ингредиенты блюда	Брутто,гр.		
		7-10лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1-й день</b>	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	Капуста белокочанная	20	23	25
					Картофель	53	61	67
					Морковь	11	13	13
					Лук репчатый	9	10	12
					Горошек консервированный	9	10	11
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон	151	174	188
					говядина	54	54	54
	Котлеты рыбные	80	90	100	судак	107	120	133
					Хлеб пшеничный	15	17	19
					Молоко или вода	20	23	26
	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150	Сухари	7	8	9
					Масло растительное	11	12	13
					Картофель	115	150	174
					Молоко	17	22	26
					Масло сливочное	7	9	10
					яблоко	200	200	200

	Хлеб кефир	20 200	35 200	40 200	Хлеб кефир	20 200	35 200	40 200
цена						<b>308</b>	<b>332</b>	<b>352</b>
<b>2-й день</b>	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обогащенная	16	18	20
					Яица	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	236
					говядина	54	54	54
	Зразы рубленые	80	90	100	Говядина ( котлетное мясо)	60	68	76
					Хлеб пшеничный	9	10	11
					Молоко	12	14	16
					Лук репчатый	35	40	45
					Масло растительное	9	10	11
					Яица	5	6	7
					Сухари	7	8	9
					петрушка	4	5	6
	Гарнир: перловка	100	130	150	Перловка	36	47	54
					Масло сливочное	4	5	6
					Бульон	73	95	110
	Салат из белокочанной капусты	60	80	100	Капуста белокочанная	58	78	98
					Морковь	7	9	11
					Сахар	4	5	6
					Масло растительное	4	5	6
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	207	35	40
	Сок натуральный	200	200	200	Сок натуральный	200	200	200
цена						<b>305</b>	<b>322</b>	<b>338</b>
<b>3-й день</b>	Рассольник	200/25	230/25	250/25	Картофель	80	92	100
					лук репчатый	10	12	13
					Огурцы соленные	14	16	17
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон	140	161	175

					говядина	54	54	54
	Куры отварные Гарнир: макароны отварные	80	90	100	Курица	165	186	208
		100	130	150	Лук репчатый	3	3	3
					Макароны	36	47	54
					Масло сливочное	12	16	18
	Салат из моркови	60	80	100	морковь	64	86	108
					сахар	4	5	6
					Растительное масло	6	8	10
	Хлеб Сок натуральный	20	35	40	Хлеб	20	35	40
		200	200	200	Сок натуральный	200	200	200
цена						<b>364</b>	<b>401</b>	<b>426</b>
<b>4-й день</b>	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25	Крупа овсяная	20	23	25
					Морковь	11	13	14
					Лук репчатый	9	10	11
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон	200	230	250
					говядина	54	54	54
	Мясо тушенное (говядина)	80	90	100	Говядина	181	205	226
					Морковь	8	9	10
					Лук репчатый	8	9	10
					Масло растительное	8	9	10
					Томатная паста	19	21	24
					Мука пшеничная обогащенная	6	7	8
	Гарнир: капуста тушеная	100	130	150	Капуста белокочанная	143	186	215
					Масло растительное	4	5	6
					Морковь	3	4	5
					Лук репчатый	5	7	8
					Томатная паста	9	12	14
					Мука пшеничная обогащенная	1	1	1
					сахар	3	4	5
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Кисель с витамином С	200	200	200	Кисель из концентрата	24	24	24
					Сахар	10	10	10
					Кислота лимонная	0.2	0.2	0.2

					Вода	190	190	190
					Витамин С порошок	0.07	0.07	0.07
цена						<b>385</b>	<b>423</b>	<b>455</b>
<b>5-й день</b>	Суп фасолеевый	200/25	230/25	250/25	Картофель	40	46	50
					Фасоль	16	18	20
					Морковь	8	9	10
					Лук репчатый	8	9	10
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон	140	161	175
					говядина	54	54	54
	Жаркое по домашнему	200	200	200	Говядина	79	79	79
					картофель	178	178	178
					Лук репчатый	16	16	16
					Томатная паста	8	8	8
					Масло растительное	7	7	7
	Салат свекольный	60	80	100	Свекла	65	83	109
					Масло растительное	8	11	14
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	банан	200	200	200	банан	200	200	200
	молоко	200	200	200	молоко	200	200	200
цена						<b>391</b>	<b>360</b>	<b>365</b>
<b>Средняя стоимость обеда</b>						<b>350</b>	<b>368</b>	<b>387</b>



2-й день	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	Капуста белокочанная	20	23	25
					Картофель	53	61	67
					Морковь	11	13	13
					Лук репчатый	9	10	12
					Горошек консервированный	9	10	11
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон	151	174	188
					говядина	54	54	54
	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	7	9	10
	яблоко	200	200	200	яблоко	200	200	200
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	кефир	200	200	200	кефир	200	200	200
цена						<b>308</b>	<b>332</b>	<b>352</b>
3-й день	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обогащенная	16	18	20
					Яица	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	236
					говядина	54	54	54
					Сахар	1,5	2	2
					Бульон	120	138	150
	говядина	54	54	54				
	Зразы рубленые	80	90	100	Говядина ( котлетное мясо)	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
					петрушка	4	5	6
	Гарнир: перловка	100	130	150	Перловка	36	47	54
					Масло сливочное	4	5	6
					Бульон	73	95	110
	Мед пчелиный	10	10	10	Мед пчелиный	10	10	10
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	молоко	200	200	200	молоко	200	200	200
цена						<b>343</b>	<b>359</b>	<b>374</b>
<b>4-й день</b>	Рассольник	200/25	230/25	250/25	Картофель	80	92	100
					Лук репчатый	10	12	13
					Огурцы соленые	14	16	17
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон или вода	140	161	175
					говядина	54	54	54
	Рагу	140/60	140/60	140/60	Говядина	96	96	96
					Масло растительное	8	8	8
					Картофель	120	120	120
					Морковь	24	24	24
					Лук репчатый	11	11	11
					Мука пшеничная обогащенная	3	3	3
	Салат свекольный с сыром	60	80	100	Свекла	55	74	91
					Сыр	10	13	17
					масло растительное	8	11	15
	Хлеб	20	35	40	хлеб	20	35	40
	Кисель с плодами шиповника	200	200	200	Плоды шиповника сушеные	8	8	8
					Сахар	24	24	24
					Кислота лимонная	0.3	0.3	0.3
					Вода	218	218	218

					Крахмал картофельный	10	10	10
цена						<b>306</b>	<b>316</b>	<b>326</b>
<b>5-й день</b>	Суп в вермишелью	200/25	230/25	250/25	Вермишель	16	18	20
					Морковь	11	13	14
					Лук репчатый	9	10	11
					Масло растительное			
					Томатная паста	3	3	3
					Бульон говядина	191	220	240
	Жаркое по домашнему	200	200	200	Говядина	79	79	79
					картофель	178	178	178
					Лук репчатый	15	15	15
					Томатная паста	11	11	11
					Масло растительное	7	7	7
	Салат витаминный	60	80	100	Капуста белокочанная	15	20	25
					Морковь	12	16	20
					Лук зеленый	4	5	6
					Яблоки	4	5	6
					Лимон для сока	4	6	8
					Масло растительное	10	13	16
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Компот из сухофруктов	200	200	200	Сухофрукты	20	20	20
					Сахар	20	20	20
цена						<b>264</b>	<b>272</b>	<b>274</b>
<b>Средняя стоимость обеда</b>						<b>316</b>	<b>334</b>	<b>350</b>

**Перспективное двухнедельное меню  
для организации горячего питания учащихся 1-11 классов  
3 неделя  
(зима-весна)**

День недели	Наименование блюда	Выход блюда			Ингредиенты блюда	брутто		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1-й день</b>	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	Капуста белокочанная	20	23	25
					Картофель	53	61	66
					Морковь	11	13	14
					Лук репчатый	9	10	11
					Горошек зеленый консервированный	9	10	11
					Масло растительное	4	5	5
					бульон	151	174	190
	говядина	54	54	54				
	Куры отварные	80	90	100	Курица	165	186	208
					Лук репчатый	3	3	3
	Гарнир: рис припущенный	100	130	150	Рис	37	48	55
					Масло сливочное	4	5	6
					бульон	73	95	110
	груша	200	200	200	груша	200	200	200
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Сок натуральный	200	200	200	Сок натуральный	200	200	200
цена						<b>384</b>	<b>414</b>	<b>439</b>
<b>2-й день</b>	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25	Картофель	54	62	68
					Горох	16	18	20
					Лук пепчатый	9	10	11
					Морковь	11	13	14
					Петрушка	3	3	3
					Масло растительное	4	5	5
	Соль йодированная	1	1	1				

					Бульон говядина	141 54	162 54	176 54
	Мясо тушенное (говядина)				Говядина	181	205	226
					Морковь	8	9	10
					Лук репчатый	8	9	10
					Масло растительное	8	9	10
					Томатная паста	19	21	24
					Мука пшеничная	6	7	8
	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150	Картофель	115	150	174
					Молоко	17	22	26
					Масло сливочное	7	9	10
	Мед пчелиный	10	10	10	Мед пчелиный	10	10	10
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	чай	200	200	200	чай	200	200	200
цена						<b>417</b>	<b>448</b>	<b>480</b>
<b>3-й день</b>	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обогащенная	16	18	20
					Яица	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	236
					говядина	54	54	54
					Сахар	1,5	2	2
					Бульон	120	138	150
гоядина	54	54	54					
	Тефтели мясные	80	90	100	Говядина ( котлетное мясо)	69	78	87
					Хлеб пшеничный	11	12	13
					Молоко	16	18	20
					Лук репчатый	32	36	40
					Масло растительное	4	5	6
					Мука пшеничная обогащенная	5	6	7
					Масло сливочное	4	5	5

	Гарнир: перловка	100	130	150	Перловка	36	47	54
					Масло сливочное	4	5	6
					Бульон	73	95	110
	Салат из моркови	60	80	100	Морковь	64	86	108
					Сахар	4	5	6
					Масло растительное	6	8	10
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Сок натуральный	200	200	200	Сок натуральный	200	200	200
цена						<b>315</b>	<b>337</b>	<b>354</b>
<b>4-й день</b>	Щи из свежей капусты	200/25	230/25	250/25	Капуста белокочанная	69	79	86
					Морковь	11	13	14
					Петрушка	3	3	3
					Лук репчатый	9	10	11
					Томатная паста	3	3	3
					Мука пшеничная обоготенная	3	3	3
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон говядина	160	184	200
Плов (говядина)					Говядина	107	107	107
					Крупа рисовая	51	61	68
					Масло растительное	8	10	11
					Лук репчатый	9	11	12
					Морковь	14	17	19
					Томатная паста	16	19	21
Салат свекольный с сыром	60	80	100	Свекла	55	74	91	
				Сыр	10	13	17	
				масло растительное	8	11	15	
Хлеб	20	35	40	хлеб	20	35	40	
Кисель с плодами шиповника	200	200	200	Плоды шиповника сушеные	8	8	8	
				Сахар	24	24	24	
				Кислота лимонная	0.3	0.3	0.3	
цена					<b>273</b>	<b>280</b>	<b>285</b>	

<b>5-й день</b>	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25	Крупа овсяная	20	23	25
					Морковь	11	13	14
					Лук репчатый	9	10	11
					Масло растительное	4	5	5
					бульон	200	230	250
					говядина	54	54	54
	Рагу	140/60	140/60	140/60	Говядина	96	96	96
					Масло растительное	8	8	8
					Картофель	120	120	120
					Морковь	24	24	24
					Лук репчатый	11	11	11
					Мука пшеничная обогащенная	3	3	3
	Салат из свежих овощей	60	80	100	Капуста белокочанная	41	55	69
					Морковь	18	24	30
					Масло растительное	8	11	13
	Сок натуральный	200	200	200	Сок натуральный	200	200	200
	Хлеб	20	20	20	хлеб	20	20	20
<b>цена</b>						<b>361</b>	<b>366</b>	<b>372</b>
<b>Средняя стоимость обеда</b>						<b>350</b>	<b>369</b>	<b>386</b>

**Перспективное двухнедельное меню  
для организации горячего питания учащихся 1-11 классов  
4 неделя  
(зима-весна)**

День недели	Наименование блюда	Выход блюда			Ингредиенты блюда	брутто		
		7-10лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1-й день</b>	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
	Куры отварные	80	90	100	Курица	165	186	208
					Лук репчатый	3	3	3
	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
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	чай	200	200	200	чай	200	200	200
цена					<b>248</b>	<b>272</b>	<b>292</b>	
<b>2-й день</b>	Суп- харчо	200/25	230/25	250/25	Крупа рисовая	15	17	18
					Лук репчатый	19	22	24
					Масло сливочное	8	9	10
					Петрушка	8	9	10
					Томатная паста	6	7	8
					Соль йодированная	1	1	1
					Бульон	200	230	250
говядина	54	54	54					
	Котлеты мясные	75/5	85/5	95/5	Говядина (котлетное мясо)	75	86	96
					Хлеб пшеничный	14	16	18



4-й день	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	Капуста белокочанная	20	23	25
					Картофель	53	61	67
					Морковь	11	13	13
					Лук репчатый	9	10	12
					Горошек консервированный	9	10	11
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон	151	174	188
	говядина	54	54	54				
	Жаркое по домашнему	200	200	200	Говядина	79	79	79
					картофель	178	178	178
					Лук репчатый	15	15	15
					Томатная паста	11	11	11
					Масло растительное	7	7	7
	Салат из моркови	60	80	100	Морковь	64	86	108
					Сахар	4	5	6
					Масло растительное	6	8	10
	Хлеб	20	35	40	хлеб	20	35	40
	Кисель с плодами шиповника	200	200	200	Плоды шиповника сушеные	8	8	8
					Сахар	24	24	24
					Кислота лимонная	0.3	0.3	0.3
цена						<b>308</b>	<b>332</b>	<b>352</b>

<b>5-й день</b>	Суп с фасолью	200/25	230/25	250/25	Картофель	40	46	50
					Фасоль	16	18	20
					Морковь	8	9	10
					Лук репчатый	8	9	10
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон говядина	140 54	161 54	175 54
	Рагу	140/60	140/60	140/60	Говядина	96	96	96
					Масло растительное	8	8	8
					Картофель	120	120	120
					Морковь	24	24	24
					Лук репчатый	11	11	11
					Мука пшеничная обогащенная	3	3	3
	Салат из свежих овощей	60	80	100	Капуста белокочанная	41	55	69
					Морковь	18	24	30
					Масло растительное	8	11	13
	Кисель с витамином С	200	200	200	Кисель из концентрата	24	24	24
					Сахар	10	10	10
					Кислота лимонная	0,2	0,2	0,2
					вода	190	190	190
					Витамин С порошок	0,07	0,07	0,07
	Хлеб	20	20	20	хлеб	20	20	20
<b>цена</b>						<b>325</b>	<b>327</b>	<b>332</b>
<b>Средняя стоимость обеда</b>						<b>313</b>	<b>335</b>	<b>305</b>