

«Согласовано»
 Руководитель «Павлодарское районное
 Управление контроля качества и безопасности товаров и услуг
 Департамента контроля качества
 и безопасности товаров и услуг Павлодарской области
 Комитета контроля и качества безопасности Товаров и услуг
 Министерства здравоохранения Республики Казахстан»
 Султангалиев С.К.



Перспективное четырехнедельное меню
 для питания учащихся 1-11 классов
 на 2019-2020 учебный год
 3 недели
 (зима-весна)

«Утверждаю»
 Директор ГУ «Мичуринская средняя
 общеобразовательная школа
 Павлодарского района»
 Абдыманова А.Б.



День недели	Наименование блюд	Выход блюд			Ингредиенты блюда	Брутто, гр.		
		7-10лет	11-14 лет	15-18лет		7-10лет	11-14 лет	15-18лет
1 день	Первое Борщ	200/25	230/25	250/25	свекла	30	35	38
					Капуста белокочанная	23	26	28
					Томатная паста	5	6	7
					Морковь	8	9	10
					Петрушка	2	2	2
					Лук репчатый	7	8	9
					Соль йодированная	1,5	2	2
					Масло растительное	3	3	3
					Сахар	1,5	2	2
					Бульон	120	138	150
					говядина	54	54	54
					говядина	75	86	96
Второе Биточки мясные	75/5	85/5	95/5	Хлеб пшеничный	14	16	18	
				Молоко	18	21	24	

					лук	10	10	10
2 день	Первое Суп гороховый	200/25	230/25	250/25	лук	10	10	10
					Крупа гречневая	48	62	71
					Масло сливочное	4	5	6
					Масло растительное	8	8	8
					лук	8	8	8
					морковь	8	8	8
					Томатная паста	8	8	8
					хлеб	20	35	40
					Сухофрукты	20	20	20
					сахар	20	20	20
					яблоко	200	200	200
					Картофель	54	62	68
Горох	16	18	20					
Лук репчатый	9	10	11					
Морковь	11	13	14					
Петрушка	3	3	3					
Масло растительное	4	5	5					
Соль йодированная	1	1	1					
бульон	141	162	176					
говядина	54	54	54					
курица	165	165	165					
картофель	178	178	178					
Лук репчатый	16	16	16					
Морковь	10	10	10					
Томатная паста	8	8	8					
Масло растительное	7	7	7					
хлеб	20	35	40					
чай	0,002	0,002	0,002					
сахар	15	15	15					
мёд	10	10	10					
3 день	Первое Суп с вермишелью	200/25	230/25	250/25	картофель	80	92	100
					Вермишель	11	13	14

9 8 7 6 5 4 3 2 1 0 X

Плов (говядина)	150/50	180/50	200/50	Лук репчатый	9	10	11
				Масло растительное	4	5	5
				Томатная паста	3	3	3
				Морковь	9	10	11
				Бульон	191	220	240
				говядина	54	54	54
				Говядина	107	107	107
				Крупа рисовая	51	61	68
				Масло растительное	8	10	11
				Лук репчатый	9	11	12
кефир	200	200	200	морковь	14	17	19
яблоко	200	200	200	кефир	200	200	200
хлеб				яблоко	200	200	200
				хлеб	20	35	40

Первое Суп с бобовыми	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
				минтай	107	120	133
				Хлеб пшеничный	15	17	19
				Молоко	20	23	26
Второе Котлета рыбная	80	90	100	яйцо	5	6	7
				Мука пшеничная обогащенная	5	6	7
				Масло растительное	5	6	7
				Картофель	115	150	174
				Молоко	17	22	26
				Масло сливочное	7	9	10
				свекла	65	83	109
				Масло растительное	8	11	14
	Гарнир Пюре картофельное	100	130	150			
Салат свекольный	60	80	100				

День	Хлеб			Второе Рагу										
	сок	20	35		40	сок	хлеб	20	35	40	200	200	200	40
Первое рассольник	сок	200	200	200	200	сок	200	200	200	200	200	200	200	200
	Картофель	200/25	230/25	250/25	250/25	Картофель	80	92	100	100	100	100	100	100
	Крупа перловая					Крупа перловая	20	23	25	25	25	25	25	25
	Лук репчатый					Лук репчатый	10	12	13	13	13	13	13	13
	Огурцы соленые					Огурцы соленые	14	16	17	17	17	17	17	17
	Морковь					Морковь	8	9	10	10	10	10	10	10
	Томатная паста					Томатная паста	3	3	3	3	3	3	3	3
	Масло растительное					Масло растительное	4	5	5	5	5	5	5	5
	Бульон					Бульон	140	161	175	175	175	175	175	175
	говядина					говядина	54	54	54	54	54	54	54	54
Второе Рагу	140/60	140/60	140/60	140/60	говядина	96	96	96	96	96	96	96	96	
					Картофель	120	120	120	120	120	120	120	120	
					Лук репчатый	11	11	11	11	11	11	11	11	
					Морковь	24	24	24	24	24	24	24	24	
					Томатная паста	8	8	8	8	8	8	8	8	
					Масло растительное	8	8	8	8	8	8	8	8	
					Мукка пшен.обогашенная	3	3	3	3	3	3	3	3	
					хлеб	20	35	40	40	40	40	40	40	
					морковь	64	86	108	108	108	108	108	108	
					сахар	4	5	6	6	6	6	6	6	
Хлеб	20	35	40	40	Масло растительное	6	8	10	10	10	10	10		
	20	200	200	200	Кисель из концентрата	24	24	24	24	24	24	24		
					сахар	10	10	10	10	10	10	10		
					Кислота лимонная	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2		
Салат морковный					вода	190	190	190	190	190	190	190		
	200	200	200	200										
Кисель														
	200	200	200	200										