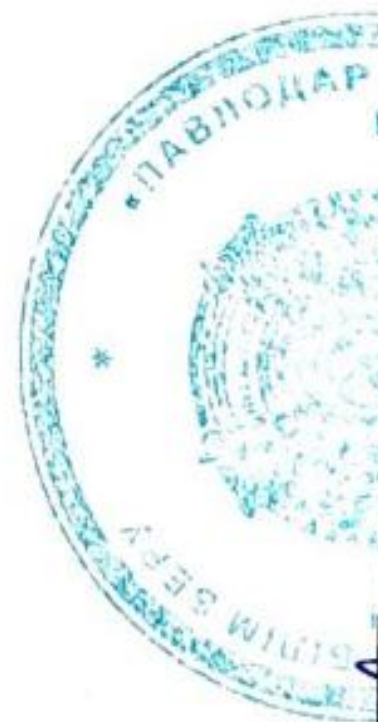


«Согласовано»
 Руководитель «Павлодарское районное
 Управление контроля качества и безопасности товаров и услуг
 Департамента контроля качества
 и безопасности товаров и услуг Павлодарской области
 Комитета контроля и качества безопасности Товаров и услуг
 Министерства здравоохранения Республики Казахстан»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



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

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



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 день	Первое Суп с вермишелью	200/25	230/25	250/25	вермишель	16	18	20
					Лук репчатый	9	10	11
					Масло растительное	4	5	5
					морковь	11	13	14
					Томатная паста	3	3	3
					говядина	54	54	54
					бульон	191	220	240
	Второе Азу	200	230	250	говядина	71	82	89
					Масло растительное	7	8	8
					Лук репчатый	16	18	20
					Томатная паста	8	8	10
					Мука пшеничная обогатенная	3	3	3
					картофель	142	163	177

2 день	Салат морковный	60	80	100	морковь	10	10	10	
					Морковь	64	86	108	
					Сахар	4	5	6	
					Масло растительное	6	8	10	
		20	35	40	хлеб	20	35	40	
		200	200	200	чай	0,002	0,002	0,002	
					сахар	15	15	15	
		10	10	10	мёд	10	10	10	
		Первое 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		
				говядина	128	171	214		
Второе Гуляш с подливом	60		80	100	Масло растительное	6	8	10	
				Лук репчатый	22	29	36		
				Томатная паста	14	19	24		
				Мука пшеничная обогатенная	5	7	8		
				морковь	24	24	24		
				Крупа гречневая	48	62	71		
				Масло сливочное	4	5	6		
				Морковь	64	86	108		
				Сахар	4	5	6		
				Масло растительное	6	8	10		
3 день	Первое Рассольник	20	35	40	хлеб	20	35	40	
		200	200	200	сок	200	200	200	
		200/25	230/25	250/25	картофель	80	92	100	
					Крупа перловая	15	17	18	
					Лук репчатый	10	12	13	
					Огурцы соленые	14	15	17	
					Масло растительное	4	5	5	

5 День	Первое Борщ	200/25	230/25	250/25	Картофель	115	150	174					
					Молоко	17	22	26					
					Масло сливочное	7	9	10					
					Капуста белокочанная	15	20	25					
					Морковь	12	16	20					
					Лук зеленый	4	5	6					
					Яблоки	16	22	27					
					Лимон для сока	4	6	8					
					Масло растительное	10	13	16					
					хлеб	20	35	40					
5 День	Второе Жаркое по домашнему с курицей	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					
					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					
5 День	Жаркое по домашнему с курицей	200	200	200	Сольодированная	1,5	2	2					
					Масло растительное	3	3	3					
					Сахар	1,5	2	2					
					Бульон	120	138	150					
					говядина	54	54	54					
					курица	165	186	208					
					Картофель	178	178	178					
					Лук репчатый	16	16	16					
					Морковь	8	9	10					
					Томатная паста	8	8	8					
5 День	Хлеб	20	35	40	Масло растительное	7	7	7					
					хлеб	20	35	40					
					морковь	64	86	108					
					сахар	4	5	6					
					Масло растительное	6	8	10					
					5 День	Саляг морковный				Картофель	115	150	174
										Молоко	17	22	26
										Масло сливочное	7	9	10
										Капуста белокочанная	15	20	25
										Морковь	12	16	20
Лук зеленый	4	5	6										
Яблоки	16	22	27										
Лимон для сока	4	6	8										
Масло растительное	10	13	16										
хлеб	20	35	40										
5 День	Саляг морковный				Кисель из концентрата	24	24	24					
					сахар	10	10	10					
					Кислота лимонная	0,2	0,2	0,2					
					вода	190	190	190					
					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					
5 День	Саляг морковный				Сольодированная	1,5	2	2					
					Масло растительное	3	3	3					
					Сахар	1,5	2	2					
					Бульон	120	138	150					
					говядина	54	54	54					
					курица	165	186	208					
					Картофель	178	178	178					
					Лук репчатый	16	16	16					
					Морковь	8	9	10					
					Томатная паста	8	8	8					
5 День	Саляг морковный				Масло растительное	7	7	7					
					хлеб	20	35	40					
					морковь	64	86	108					
					сахар	4	5	6					
					Масло растительное	6	8	10					

	Мясо тушенное(говядина)	80	90	100	Морковь				
					Бульон	140	161	175	
					говядина	54	54	54	
					Говядина	107	107	107	
					морковь	51	61	68	
					Масло растительное	8	10	11	
					Лук репчатый	9	11	12	
					морковь	14	17	19	
					Томатная паста	19	21	24	
					Мука пшеничная обогатенная	6	7	8	
Яблоко	200	200	200						
Био С	200	200	200						
хлеб	20	35	40						

4 день	Первое Суп гороховый	200/25	230/25	250/25	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
					Минтай	142	142	142
	Второе	80	90	100	Вода или Бульон	27	27	27
	Рыба тушенная				Морковь	23	23	23
					Петрушка	3	3	3
					Лук репчатый	10	10	10
					Томатная паста	10	10	10
					Масло растительное	5	5	5
					Сахар	2	2	2
					Соль йодированная	1	1	1