

Согласовано
 Руководитель
 РГУ «Павлодарское районное управление
 санитарно-эпидемиологического контроля
 Департамента санитарно-эпидемиологического
 контроля Павлодарской области
 Комитета санитарно-эпидемиологического
 контроля Министерства здравоохранения
 Республики Казахстан»



С.К. Султанғалиев

Утверждаю
 Руководитель
 ГУ «Отдел образования
 Павлодарского района»



С.И. Майдисаров

Перспективное четырехнедельное меню
 для организации горячего питания учащихся 1-11 классов
 на 2021-2022 учебный год
 1 неделя

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
1-й день	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						384	414	439
2-й день	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
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						417	448	480
3-й день	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обогащенная	16	18	20
					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	236
					Говядина	54	54	54
Сахар	1,5	2	2					

					Бульон	120	138	150
					Говядина	54	54	54
					Говядина (котлетное мясо)	69	78	87
					Хлеб пшеничный	11	12	13
	Тефтели мясные	80	90	100	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
					Морковь	64	86	108
	Салат из моркови	60	80	100	Сахар	4	5	6
					Масло растительное	6	8	10
					Хлеб	20	35	40
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Сок натуральный	200	200	200	Сок натуральный	200	200	200
Цена						315	337	354
					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 обогащенная	3	3	3
					Масло растительное	4	5	5
					Бульон	160	184	200
					Говядина	54	54	54
					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
					Свекла	55	74	91
					Сыр	10	13	17
	Салат свекольный с сыром	60	80	100	Масло растительное	8	11	15
					Хлеб	20	35	40
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Кисель с плодами	200	200	200	Плоды шиповника сушеные	8	8	8

	пшоповника				Сахар	24	24	24
					Кислота лимонная	0.3	0.3	0.3
Цена						273	280	285
5-й день	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
Цена						361	366	372
Средняя стоимость обеда						350	369	386

**Перспективное четырехнедельное меню
для организации горячего питания учащихся 1-11 классов
2 неделя**

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
1-й день	Суп в вермишelio	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	191	220	240
					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
					Капуста белокочанная	15	20	25
Салат витаминный	60	80	100	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					264	272	274	
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						308	332	352					
3-й день	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										
	Куры отварные	80	90	100	Курица	165	186	208					
	Гарнир: макароны отварные	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	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Сок натуральный	200	200	200	Сок натуральный	200	200	200					
Цена						362	394	422					
4-й день	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обогащенная	16	18	20					
					Яйца	5	6	7					
					Вода	3	3	3					

					Свекла	55	74	91
	Салат свекольный с сыром	60	80	100	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						306	316	326
Средняя стоимость обеда						316	334	350

Перспективное четырехнедельное меню
для организации горячего питания учащихся 1-11 классов
3 неделя

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						
1-й день	Суп фасолевый	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						
	Жаркое по домашнему	200	200	200	Говядина	54	54	54						
					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							
Молоко					200	200	200							
Цена					391	360	365							
	2-й день	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					80	90	100	Курица	165	186	208			
Гарнир: макароны отварные					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	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Сок натуральный	200	200	200	Сок натуральный	200	200	200
	Цена					364	401	426
3-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
					Судак	107	120	133
	Котлеты рыбные	80	90	100	Хлеб пшеничный	15	17	19
					Молоко или вода	20	23	26
					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	20	35	40
					Кефир	200	200	200
	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150				
	Яблоко							
	Хлеб	20	35	40				
	Кефир	200	200	200				
	Цена					308	332	352
4-й день	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обогащенная	16	18	20
					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	236
					Говядина	54	54	54
					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
					Перловка	36	47	54
					Масло сливочное	4	5	6
					Бульон	73	95	110
					Капуста белокочанная	58	78	98
					Морковь	7	9	11
					Сахар	4	5	6
					Масло растительное	4	5	6
					Хлеб	207	35	40
					Сок натуральный	200	200	200
Цена						305	322	338
					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
					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
					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						385	423	455
Средняя стоимость обеда						350	368	387

**Перспективное четырехнедельное меню
для организации горячего питания учащихся 1-11 классов
4 неделя**

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
1-й день	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
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150	Лук репчатый	3	3	3
					Крупа гречневая	48	62	71
					Масло сливочное	4	5	6
					Мед пчелиный	10	10	10
					Хлеб	20	35	40
					Чай	200	200	200
Цена					248	272	292	
2-й день	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
					Молоко	19	22	25
					Сухари	8	9	10
					Масло растительное	5	6	7

					Масло сливочное	6	7	8
	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150	Картофель	115	150	174
					Молоко	17	22	26
					Масло сливочное	7	9	10
	Салат свекольный	60	80	100	Свекла	65	83	109
	Хлеб	20	35	40	Масло растительное	8	11	14
					Хлеб	20	35	40
	Сок натуральный	200	200	200	Сок натуральный	200	200	200
Цена						375	412	443
3-й день	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
Мясо тушенное (говядина)	80	90	100	100	Говядина	54	54	54
					Говядина	181	205	226
					Морковь	8	9	10
					Лук репчатый	8	9	10
					Масло растительное	8	9	10
					Томатная паста	19	21	24
Гарнир: капуста тушеная	100	130	150	150	Мука пшеничная	6	7	8
					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	1	1	1
					сахар	3	4	5
	Творог	100	100	100	Творог	100	100	100
	Хлеб	20	35	40	Хлеб	20	35	40
	Кефир	200	200	200	Кефир	200	200	200
Цена						307	332	334
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						308	332	352
5-й день	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,	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 из свежих овощей	60	80	100	Капуста белокочанная	41	55	69
					Морковь	18	24	30
					Масло растительное	8	11	13

					Кисель из концентрата	24	24	24
					Сахар	10	10	10
					Кислота	0,2	0,2	0,2
					Лимонная вода	190	190	190
					Витамин С порошок	0,07	0,07	0,07
	Кисель с витамином С	200	200	200				
	Хлеб	20	20	20	Хлеб	20	20	20
Цена						325	327	332
Средняя стоимость обеда						313	335	305