Перспективное четырехнедельное меню

для питания учащихся 1-11 классов

на 2021-2022 уч.года

2 неделя (зима-весна)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Деньнедели | 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 | ПервоеСуп вермишель | 200/25 | 230/25 | 250/25 | ВермишельМорковьЛук репчатыйМасло растительноеТомат пастаБульонГовядина | 161194319154 | 1813105322054 | 20141115324054 |
|  | ВтороеКотлеты мясные | 75/5 | 85/5 | 95/5 | Хлеб пшеничныйГовядинаМолокоСухариМасло растительноеМасло сливочное | 147519856 | 168622967 | 1896251078 |
|  | ГарнирКаша перловая | 100 | 130 | 150 | ПерловкаМасло сливочноеБульон | 36473 | 47595 | 546110 |
|  | ХлебСалат морковныйСок натуральный | 20620 | 3580 | 40100 | Хлеб | 20 | 35 | 40 |
| Морковь | 64 | 86 | 108 |
| Сахар | 4 | 5 | 6 |
| Масло растительное | 6 | 8 | 10 |
| Сок натуральный | 200 | 200 | 200 |
| Капуста белокочанная | 20 | 23 | 25 |
| 2 день | ПервоеСуп из овощей | 200/25 | 230/25 | 250/25 | КартофельМорковьЛук репчатый | 53119 | 611310 | 671312 |
|  |  |  |  |  | Горошек консервированный | 9 | 10 | 11 |
| Масло растительное | 4 | 5 | 5 |
| Бульон | 151 | 174 | 188 |
| Говядина | 54 | 564 | 54 |
|  | ВтороеКотлеты | 75/5 | 85/5 | 95/5 | Говядина | 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 | КартофельМолокоМасло сливочное | 115177 | 150229 | 1742610 |
|  | ХлебКефирЯблоко Салат из свежих овощей | 2020020060 | 3520020080 | 40200200100 | Хлеб | 20 | 35 | 40 |
| Кефир | 200 | 200 | 200 |
| Яблоко | 200 | 200 | 200 |
| Капуста белокочанная | 4155 | 69 |  |
| Морковь | 18 | 24 | 30 |
| Масло растительное | 8 | 11 | 13 |
| Цена |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 день | ПервоеСуп лапша домашняя | 200/25 | 230/25 | 250/25 | Яйцо | 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 |
|  | ВтороеМясо тушеное(говядина) | 80 | 90 | 100 | ГовядинаМорковьЛук репчатыйМасло растительноеТоматная пастаМука пшеничная | 181888196 | 205999217 | 226101010248 |
|  | ГарнирМакароныХлеб | 10020 | 130 | 150 | Макароны | 36 | 47 | 54 |
|  |  | Масло сливочное | 12 | 16 | 18 |
| 35 | 40 | Хлеб | 20 | 35 | 40 |
|  | МолокоСалат свекольный | 20060 | 20080 | 200100 | Молоко | 200 | 200 | 200 |
| Свекла | 65 | 83 | 109 |
| Масло растительное | 8 | 11 | 14 |
| Цена |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 день | Первое Суп гороховый | 200/25 | 230/25 | 250/25 | КартофельГорохЛук репчатыйМорковьПетрушкаМасло растительноеСоль йодированнаяБульонГовядина | 541691134114154 | 6218101335116254 | 6820111435117454 |
|  | ВтороеРагу | 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 | 3 | 3 | 3 |
|  | КисельБананСалат морковныйХлеб | 2002006020 | 2002008035 | 20020010040 | Кисель из концентрата | 24 | 24 | 24 |
| Банан | 200 | 200 | 200 |
| Морковь | 64 | 86 | 108 |
| Сахар | 4 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 6 | 8 | 10 |
| Хлеб | 20 | 35 | 40 |
| Цена |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 день | ПервоеРассольник | 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 | 140 | 161 | 175 |
| Говядина | 54 | 54 | 54 |
|  | ВтораяЖаркое по домашнему | 200 | 200 | 200 | говядина | 79 | 79 | 79 |
| Картофель | 178 | 178 | 178 |
| Лук репчатый | 16 | 16 | 16 |
| Томат паста | 8 | 8 | 8 |
| Масло растительное | 7 | 7 | 7 |
|  | ХлебСалат витаминный | 2060 | 3580 | 40100 | Хлеб | 20 | 35 | 40 |
| Капуста белокочанная | 15 | 20 | 25 |
| Морковь | 12 | 16 | 20 |
| Лук репчатый | 4 | 5 | 6 |
| Яблоко | 4 | 5 | 6 |
| Лимон для сока | 4 | 6 | 8 |
| Масло растительное  | 10 | 13 | 16 |
|  | Компот | 200 | 200 | 200 | Сухофрукты | 20 | 20 | 20 |
| Сахар | 20 | 20 | 20 |
| Цена |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Средняя стоимость обеда |  |  |  |  |  |  |  |  |

Руководитель Утверждаю директор ГУ

Павлодарского районного управления «Чернорецкая средняя школа №1»

Контроля качества и безопасности товаров и услуг \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Н. Абылгазинова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.К. Султангалиев

Перспективное четырехнедельное меню

для организации горячего питания учащихся 1-11 классов

на 2021-2022 уч.года

 1 неделя (зима-весна)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Деньнедели | 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 | 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 картофельныйПюреЯблокоХлебКефир | 10020200 | 13035200 | 15040200 | Сухари | 7 | 8 | 9 |
| Масло растительное | 11 | 12 | 13 |
| Картофель | 115 | 15 | 174 |
| Молоко | 17 | 22 | 26 |
| Масло сливочное | 7 | 9 | 10 |
| Яблоко | 200 | 200 | 200 |
| Хлеб | 20 | 35 | 40 |
| Кефир | 200 | 200 | 200 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 8 |
|  | Хлеб  | 20 | 35 | 40 | Хлеб  | 20 | 35 | 40 |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 200 | сухофрукты | 20 | 20 | 20 |
|  |  |  |  |  | сахар | 20 | 20 | 20 |
|  | Салат морковный | 60 | 80 | 100 | МорковьСахарМасло растительное | 6446 | 8658 | 108610 |
|  | Яблоко  | 200 | 200 | 200 | яблоко | 200 | 200 | 200 |
| 2 день | ПервоеСуп лапша домашняя | 200/25 | 230/25 | 250/25 | Мука пшеничнаяобогащенная | 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 |
|  | ВтороеТефтели мясные | 80 | 90 | 100 | Говядина | 69 | 78 | 87 |
| Хлеб пшеничный | 11 | 12 | 13 |
| Молоко | 16 | 18 | 20 |
| Лук репчатый | 32 | 36 | 40 |
| Масло растительное | 4 | 5 | 6 |
| Мука пшеничнаяобогащенная | 5 | 6 | 7 |
| Масло сливочное | 4 | 5 | 5 |
|  | Гарниры: макароныХлебСалат из белокочанной капусты | 1002060 | 1303580 | 15040100 | Макароны | 36 | 47 | 54 |
| Масло сливочное | 12 | 16 | 18 |
| Хлеб | 20 | 35 | 40 |
| Капуста белокочанная | 58 | 78 | 98 |
| Морковь | 7 | 9 | 11 |
| Сахар | 4 | 5 | 6 |
| Масло растительное | 4 | 5 | 6 |
|  | Сок натуральный | 200 | 200 | 200 | Сок натуральный | 200 | 200 | 200 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3 день  | ПервоеРассольник | 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 | 140 | 161 | 175 |
|  |  |  |  |  | Говядина | 54 | 54 | 54 |
|  | ВтороеПлов с мясом | 150/50 | 180/50 | 200/50 | Говядина Крупа рисовая | 107 | 107 | 107 |
| Масло растительное | 8 | 10 | 11 |
| Лук репчатый | 9 | 11 | 12 |
| Морковь | 14 | 17 | 19 |
| Томатная паста | 19 | 19 | 20 |
|  | ХлебКефирСалат витаминный | 2020060 | 3520080 | 40200100 | Хлеб | 20 | 35 | 40 |
| кефир | 200 | 200 | 200 |
| Капуста белокочанная | 15 | 20 | 25 |
| Морковь | 12 | 16 | 20 |
| Лук зеленый | 4 | 5 | 6 |
| Яблоко | 4 | 5 | 6 |
| Лимон для сока | 4 | 6 | 8 |
| Масло растительное | 10 | 13 | 16 |
| Цена |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 день | ПервоеСуп 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 |
|  | ВтороеКотлеты рыбные | 80 | 90 | 100 | Минтай | 107 | 120 | 133 |
|  |  |  |  |  | Хлеб пшеничный | 15 | 17 | 19 |
|  |  |  |  |  | Молоко, вода | 20 | 23 | 26 |
|  |  |  |  |  | Сухари | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  |  | Масло растительное | 11 | 12 | 13 |
|  | Гарнир Картофельное пюре | 10 | 130 | 150 | картофель | 115 | 150 | 174 |
|  |  |  |  |  | молоко | 17 | 22 | 26 |
|  |  |  |  |  | Масло сливочное | 7 | 9 | 10 |
|  | Хлеб  | 20 | 35 | 40 |  Хлеб  | 20 | 35 | 40 |
|  | Чай  | 200 | 200 | 200 |  |  |  |  |
|  | Мед  | 10 | 10 | 10 |  |  |  |  |
|  | Салат свекольный | 60 | 80 | 100 | свекла | 65 | 83 | 109 |
|  |  |  |  |  | Масло растительное | 8 | 11 | 14 |
| Цена |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 день | ПервоеСуп 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 |
|  | ВтороеЖаркое по домашнему | 200 | 200 | 200 | ГовядинаКартофель | 79178 | 79178 | 79178 |
| Лук репчатый | 16 | 16 | 16 |
| Томат паста | 8 | 8 | 8 |
| Масло растительное | 7 | 7 | 7 |
|  | ХлебКисель | 20200 | 35200 | 40200 | Хлеб | 20 | 35 | 40 |
| Кисель из концентрата | 24 | 24 | 24 |
| Сахар | 10 | 10 | 10 |
| Кислота лимонная | 0,2 | 0,2 | 0,2 |
| Вода | 190 | 190 | 190 |
| Банан | 200 | 200 | 200 | Банан | 200 | 200 | 200 |
| Цена |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Средняя стоимость обеда |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |