

Согласовано

Руководитель

«Управления охраны общественного здоровья
Павлодарского района»

С.К. Султангалиев



Утверждаю

И.О. руководителя

ГУ «Отдел образования павлодарского района»

С.И. Майдисаров

Перспективное четырехнедельное меню
для организации горячего питания учащихся 1-11 классов
на 2018-2019 уч. год
1 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	151	174	188	
					говядина	54	54	54	
					судак	107	120	133	
					Хлеб пшеничный	15	17	19	
	Котлеты рыбные	80	90	100	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	
	яблоко Хлеб кефир	20	35	40	Масло сливочное	7	9	10	
		200	200	200	яблоко	200	200	200	
					Хлеб	20	35	40	
	кефир				кефир	200	200	200	

									6	7	8
	Хлеб	20	35	40					20	35	40
	Компот из сухофруктов	200	200	200					20	20	20
	Салат морковный	60	80	100					20	20	20
	Яблоко	200	200	200					64	86	108
									4	5	6
									6	8	10
									200	200	200
цена											
2 день	Первое Суп ланша домашняя	200/25	230/25	250/25					16	18	20
									5	6	7
									3	3	3
									0,4	0,4	0,4
									9	10	11
									4	5	5
									189	217	236
									54	54	54
									69	78	87
	Второе Тефтели мясные	80	90	100					11	12	13
									16	18	20
									32	36	40
									4	5	6
									5	6	7
									4	5	5
	Гарниры: макаронны	100	130	150					36	47	54
									12	16	18
	Хлеб	20	35	40					20	35	40
	Салат из белокочанный капусты	60	80	100					58	78	98
									7	9	11
									4	5	6
									4	5	6
	Сок натуральный	200	200	200					200	200	200

цена 3 день	Первое 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	140	161	175
						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
						хлеб	20	35	40
						кефир	200	200	200
						капуста белокочанная	15	20	25
цена 4 день	Первое Суп с крупой	200/25	230/25	250/25		морковь	12	16	20
						лук зеленый	4	5	6
						яблоки	4	5	6
						лимон для сока	4	6	8
						масло растительное	10	13	16
						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
						ментай	107	120	133
						хлеб пшеничная	15	17	19
						молоко, вода	20	23	26
						сухари	7	8	9
масло растительное	11	12	13						
Второе Щлов с мясом		150/50	180/50	200/50		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
						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
						хлеб	20	35	40
						кефир	200	200	200
						капуста белокочанная	15	20	25
Второе Котлеты рыбные		80	90	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
						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
						ментай	107	120	133
						хлеб пшеничная	15	17	19
						молоко, вода	20	23	26
						сухари	7	8	9
масло растительное	11	12	13						

**Перспективное четырехнедельное меню
для питания учащихся 1-11 классов
на 2018-2019 учебный год
2 недели
(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 день	Первое Суп вермишель	200/25	230/25	250/25	вермишель	16	18	20
					морковь	11	13	14
					лук репчатый	9	10	11
					масло растительное	4	5	5
					томат паста	3	3	3
					бульон	191	220	240
					говядина	54	54	54
					говядина	75	86	96
					хлеб пшеничный	14	16	18
					молоко	19	22	25
	Второе Котлеты мясные	75/5	85/5	95/5	сухари	8	9	10
					масло растительное	5	6	7
					масло сливочное	6	7	8
					перловка	36	47	54
					масло сливочное	4	5	6
					бульон	73	95	110
					хлеб	20	35	40
					сок натуральный	200	200	200
					морковь	64	86	108
					сахар	4	5	6
цена 2 день	Первое Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	масло растительное	6	8	10
					капуста белокочанная	20	23	25
					картофель	53	61	67
					морковь	11	13	13
					лук репчатый	9	10	12

цена 4 день	макаронны Хлеб Молоко Салат свекольный	20 200 60	35 200 80	40 200 100	масло сливочное хлеб молоко свекла масло растительное	12	16	18						
						20	35	40						
						200	200	200						
						65	83	109						
						8	11	14						
						цена 5 день	Первое Суп гороховый Второе Рагу Кисель Банан Салат морковный Хлеб Первое Рассольник	200/25 200/25 140/60 200 200 60 20	230/25 230/25 140/60 200 200 80 35	250/25 250/25 140/60 200 200 100 40	картофель горох лук репчатый морковь петрушка масло растительное соль йодированная бульон говядина говядина масло растительное картофель морковь лук репчатый мука кисель из концентрата банан морковь сахар масло растительное хлеб картофель лук репчатый огурцы соленые масло растительное бульон говядина	54	62	68
												16	18	20
												9	10	11
												11	13	14
												3	3	3
4	5	5												
1	1	1												
141	162	176												
54	54	54												
96	96	96												
8	8	8												
120	120	120												
24	24	24												
11	11	11												
3	3	3												
24	24	24												
200	200	200												
64	86	108												
4	5	6												
6	8	10												
20	35	40												
80	92	100												
10	12	13												
14	16	17												
4	5	5												
140	161	175												
54	54	54												

Второе Жаркое по домашнему	говядина	200	200	200	79	79	79
	картофель				178	178	178
	лук репчатый				16	16	16
	томат паста				8	8	8
	масло растительное				7	7	7
	хлеб	20	35	40	20	35	40
	капуста белокочанная	60	80	100	15	20	25
	морковь				12	16	20
	лук зеленый				4	5	6
	яблоки				4	5	6
Компот	лимон для сока				4	6	8
	масло растительное				10	13	16
	сухофрукты	200	200	200	20	20	20
	сахар				20	20	20
цена							
Средняя стоимость обеда							

цена 2 день	Первое Суп гороховый	200/25	230/25	250/25	картофель горох	54	62	68						
						16	18	20						
						9	10	11						
						11	13	14						
						3	3	3						
						4	5	5						
						1	1	1						
						141	162	176						
						54	54	54						
						69	78	87						
						11	12	13						
						16	18	20						
						32	36	40						
						4	5	6						
						5	6	7						
						4	5	5						
						цена 3 день	Второе Тефтели мясные	80	90	100	лук репчатый морковь петрушка масло растительное соль йодированная бульон говядина говядина хлеб молоко лук репчатый масло растительное мука пшеничная масло сливочное масло сливочное макаронны хлеб чай мед	5	6	7
3	3	3												
0,4	0,4	0,4												
9	10	11												
4	5	5												
189	217	236												
54	54	54												
107	107	107												
51	61	68												
8	10	11												
9	11	12												
цена 3 день	Первое Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	яйцо вода соль йодированная лук репчатый масло сливочное бульон говядина говядина крупа рисовая масло растительное лук репчатый							5	6	7
												3	3	3
												0,4	0,4	0,4
												9	10	11
												4	5	5
												189	217	236
						54	54	54						
						107	107	107						
						51	61	68						
						8	10	11						
						9	11	12						
						цена 3 день	Второе Шлов с мясом	150/50	180/50	200/50	картофель горох лук репчатый морковь петрушка масло растительное соль йодированная бульон говядина говядина крупа рисовая масло растительное лук репчатый	54	62	68
												16	18	20
												9	10	11
												11	13	14
												3	3	3
												4	5	5
1	1	1												
141	162	176												
54	54	54												
69	78	87												
11	12	13												
16	18	20												
32	36	40												
4	5	6												
5	6	7												
4	5	5												

цена 4 день	Хлеб Кефир Салат витаминный	20 200 60	35 200 80	40 200 100	морковь	14	17	19
					томатная паста	16	19	21
					хлеб	20	35	40
					кефир	200	200	200
					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
					яблоко	200	200	200
					цена 4 день	Первое Суп с фасолевым	200/25	230/25
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					
картофель	115	150	174					
молоко	17	22	26					
масло сливочное	7	9	10					
говядина	181	205	226					
цена 5 день	Гарнир Картофельное пюре Второе Мясо тушенное Хлеб Салат свекольный Сок натуральный Первое	100 80 20 60 200 200/25	130 90 35 80 200 230/25	150 100 40 100 200 250/25				
					лук репчатый	8	9	10
					масло растительное	8	9	10
					томатная паста	19	21	24
					мука пшеничная	6	7	8
					хлеб	20	35	40
					свекла	65	83	109
					масло растительное	8	11	14
					сок натуральный	200	200	200
					крупя овсяная	20	23	25

**Перспективное четырехнедельное меню
для питания учащихся 1-11 классов
на 2018-2019 учебный год
4 недели
(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 день	Первое Суп вермишель	200/25	230/25	250/25	вермишель	16	18	20
					морковь	11	13	14
					лук репчатый	9	10	11
					масло растительное	4	5	5
					томат паста	3	3	3
					бульон	191	220	240
					говядина	54	54	54
					хлеб пшенич	14	16	18
					говядина	75	86	96
					молоко	19	22	25
					сахари	8	9	10
					масло растительное	5	6	7
					масло сливочное	6	7	8
2 день	Первое Суп харчо	100	130	150	перловка	36	47	54
					масло сливочное	4	5	6
					бульон	73	95	110
					хлеб	20	35	40
					морковь	64	86	108
					сахар	4	5	6
					масло растительное	6	8	10
					мед	10	10	10
					чай	200	200	200
					крупя рисовая	15	17	18
					лук репчатый	19	22	24
					масло сливочное	8	9	10

цена 3 день							петрушка	8	9	10
							томатная паста	6	7	8
							соль йодированная	1	1	1
							бульон	200	230	250
							говядина	54	54	54
							крупа гречневая	48	62	71
							масло сливочное	4	5	6
							говядина(котлет.мясо)	75	86	96
							хлеб пшеничное	14	16	18
							молоко	18	21	24
							сухари	8	9	10
							масло растительное	5	6	7
							масло сливочное	6	7	8
							хлеб	20	35	40
							свекла	65	83	109
							масло растительное	8	11	14
							сок натуральный	200	200	200
							груша	200	200	200
							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
							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							
макароны	36	47	54							
масло сливочное	12	16	18							
хлеб	20	35	40							

