



Утверждаю:
И.о. руководителя ГУ «Отдел образования по
Шортандинскому району»
Халмурзаев Айнагуль

“ ” 2024 г.

Согласовано:
Директор КГУ «Общеобразовательная школа
села Раевка отдела образования
по Шортандинскому району управления
образования Акмолинской области»
Дрогоруб Т.Н.



“ 14 ” “ ” 2024 г.

Четырехнедельное меню блюд (лето-осень)
для организации питания учащихся из многодетных и малообеспеченных семей из фонда Всеобуча
КГУ «Общеобразовательная школа села Раевка отдела образования по Шортандинскому району
Управления образования Акмолинской области»
на 2024-2025 учебный год

1-неделя

1 день

Наименование блюд	Выход блюда ,г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Котлеты мясные	60	60	60	Говядина (котлетное мясо)	60	60	60
				Хлеб пшеничный	14	16	18
				специи	3	4	4
				лук	5	7	10
				Масло растительное	5	6	7
				яйцо	2	4	4
Гарнир : макароны отварные	75/26	100/30	120/30	Макароны	36	47	54
				Масло сливочное	12	16	18
сок	200	200	200	сок	2	2	2
Сыр порциями	10	10	10	Сыр твердый	10	10	10
Хлеб -пшеничный	20	35	40	Хлеб -пшеничный	20	35	40

2 день

Наименование блюд	Выход блюда,г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Гороховый суп на костном бульоне	200	200	200	горох	12	15	15
				морковь	10	13	13
				картофель	49	60	60
				Лук репчатый	6	9	12
				Масло сливочное	4	5	5
				Бульон	189	217	237
				Соль йодированная	0,4	0,4	0,4
яблоко	1 шт	1 шт.	1 шт	яблоко	1 шт	1 шт	1 шт
Кисель				Кисель	24	24	24
				Вода	200	200	200
				Хлеб пшеничный	20	35	40
Хлеб пшеничный	20	35	40				

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Мясо тушение (курённый)	50	80	80	Филе курённый	50	80	80
				Масло растительное	4	5	5
				Мука пшеничная	2	2.4	3
				Соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				Томатная паста	5	6	7
Гарнир: гречневая рассыпчатая	120	150	150	Дук репчатый	9	11	11
					62	71	71
Компот				Сахар	24	24	24
				вода	20	218	218
				сухофрукты	20	35	40
Хлеб пшеничный				Хлеб пшеничный	20	20	20
Вареное яйцо	1 шт	1 шт	1 шт	яйцо	1 шт	1 шт	1 шт

4 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп фрикадельками из рыбы	150	200	200	Фарш рыбный	40	40	40
				морковь	8	9	10
				Дук репчатый	8	9	10
				Масло растительное	4	5	5
				Крупа пшено	12	15	15
				Дйло 1 категории	0.4	0.4	0.4
				Соль йодированная	0.4	0.4	0.4
Какао с молоком	200	200	200	Молоко 2.5	200	200	200
				какао	0.1	0.1	0.1
				сахар	10	10	10
пряник	1 шт	1 шт	1 шт	пряник	1 шт	1 шт	1 шт
Хлеб пшеничный	20	40	40	Хлеб-пшеничный	20	40	40

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп лапша домашняя (куренная)	150	200	200	Мука пшеничная обогащенная	7	7	10
				яйца	5	6	7
				картофель	49	60	60
				морковь	10	13	16
				Лук репчатый	9	10	11
				Масло растительная	4	5	5
				курица	20	30	30
				Соль йодированная	0.4	0.4	0.4
				Печенье	2шт	2шт	2шт
				Салат румянные шпеки	50 гр	50 гр	50 гр
			яблоко				
			Рас.масло				
Чай каркаде	200	200	200	Чай каркаде	0.2	0.2	0,2
				сахар	20	20	20
Хлеб пшеничный	20	35	40	Хлеб пшеничный	20	35	40

2-неделя

1 День

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Тефтели мясные	40	40	40	Говядина (кожлгетное мясо)	40	40	40
				рис	11	15	20
				яйцо	2	6	6
				Лук репчатый	3	3	4
				Петрушка	2	2	2
				Масло растительное	3	3	3
Гарнир : макароны отварные				Соль йодированная	1,5	2	2
				Мука пшеничная обогащенная	6	7	7
				Масло сливочное	4	5	6
				Бульон	120	138	150
				Макароны	36	47	54
				Творог с сахаром	50	50	50
сок	200	200	200	творог	50	50	50
				Сахар	10	10	10
				сок	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	35	40	Хлеб пшеничный	20	40	40

2 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Соусика на пару	40	40	40	сосиска	40	40	40
				Масло сливочное	0.5	0.5	0.5
				гречка	48	62	71
Гарнир: гречневая рассыпчатая	100	130	150	Соль	0.4	0.4	0.4
				Мука пшеничная обогащенная	45	45	45
				сахар	15	15	15
Булочка	50	50	50	Масло растительное	7	7	7
				Чай черный сорт	0.2	0.2	0.2
Чай черный с сахаром	200	200	200	сахар	10	10	10
				Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

3 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Плов с говядиной	40	40	40	Говядина	50	50	80
				Крупа рисовая	43	43	68
				Морковь	13	13	19
				Лук репчатый	12	12	16
				Масло растительное	8	12	12
				Соль йодированная	0.4	0.4	0.4
Салат морковный	50	50	50	Морковь	45	45	45
				Сахар	4	5	6
				Масло растительное	6	8	10
				сухофрукты	2	2	2
Компот	200	200	200	сахар	9	12	15
				Хлеб пшеничный	20	35	40

4 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп фрикадельками из рыбы	150	200	200	Фарш рыбный	40	40	40
				морковь	8	9	10
				Лук репчатый	8	9	10
				Масло растительное	4	5	5
				Крупа пшено	12	15	15
				Яйцо 1 категории	0.4	0.4	0.4
				Соль йодированная	0.4	0.4	0.4
				вода	200	218	218
				Яблока	1 шт	1 шт	1 шт
				Хлеб пшеничный	20	40	40

3-неделя

1 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Котлеты мясные	60	60	60	Говядина (котлетное мясо)	60	60	60
				Хлеб пшеничный	14	16	18
				специи	3	4	4
				лук	5	7	10
Гарнир : макароны отварные	75/26	100/30	120/30	Масло растительное	5	6	7
				яйцо	2	4	4
				Макароны	36	47	54
				Масло сливочное	12	16	18
сок	200	200	200	сок	2	2	2
Сыр порциями	10	10	10	Сыр твердый	10	10	10
Хлеб -пшеничный	20	35	40	Хлеб -пшеничный	20	35	40

2 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Пороховый суп на костном бульоне	200	200	200	горох	12	15	15
				морковь	10	13	13
				картофель	49	60	60
				Лук репчатый	6	9	12
				Масло сливочное	4	5	5
				Бульон	189	217	237
				Соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				яблоко	1 шт	1 шт	1 шт
				Кисель	24	24	24
				Вода	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	35	40	Хлеб пшеничный	20	35	40

3 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Мясо тушение (куренный)	50	80	80	Филе куренный	50	80	80
				Масло растительное	4	5	5
				Мука пшеничная	2	2.4	3
				Соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				Томатная паста	5	6	7
				Лук репчатый	9	11	11
Гарнир: гречневая рассыпчатая	120	150	150	Лук репчатый	62	71	71
Компот				Сахар	24	24	24
				вода	20	218	218
				сухофрукты	20	35	40
Хлеб пшеничный				Хлеб пшеничный	20	20	20
Вареное яйцо	1 шт	1 шт	1 шт	яйцо	1 шт	1 шт	1 шт

4 день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп фрикадельками из рыбы	150	200	200	Фарш рыбный	40	40	40
				морковь	8	9	10
				Лук репчатый	8	9	10
				Масло растительное	4	5	5
				Крупа пшено	12	15	15
				Яйцо 1 категории	0.4	0.4	0.4
Какао с молоком	200	200	200	Соль йодированная	0.4	0.4	0.4
				Молоко 2.5	200	200	200
				какао	0.1	0.1	0.1
				сахар	10	10	10
пряник	1 шт	1 шт	1 шт	пряник	1 шт	1 шт	
Хлеб пшеничный	20	40	40	Хлеб –пшеничный	20	40	40

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп лапша домашняя (куреная)	150	200	200	Мука пшеничная обогащенная	7	7	10
				яйца	5	6	7
				картофель	49	60	60
				морковь	10	13	16
				Лук репчатый	9	10	11
				Масло растительная	4	5	5
				курица	20	30	30
				Соль йодированная	0.4	0.4	0.4
				Печенье	2шт	2шт	2шт
				Салат румянные шеки	50 гр	50 гр	50 гр
			яблоко				
			Рас.масло				
Чай каркаде	200	200	200	Чай каркаде	0.2	0,2	0,2
				сахар	20	20	20
Хлеб пшеничный	20	35	40	Хлеб пшеничный	20	35	40

4-неделя

1 День

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Тертельи мясные	40	40	40	Говядина (коглетное мясо)	40	40	40
				рис	11	15	20
				яйцо	2	6	6
				Дук репчагый	3	3	4
				Петрушка	2	2	2
				Масло растительное	3	3	3
				Соль йодированная	1,5	2	2
Мука пшеничная обогащенная	6	7	7				
Масло сливочное	4	5	6				
Бульон	120	138	150				
Гарнир : макароны отварные				Макароны	36	47	54
				Бульон	120	138	150
Творог с сахаром	50	50	50	творог	50	50	50
				Сахар	10	10	10
				сок	200	200	200
сок	200	200	200	сок	200	200	200
				Хлеб пшеничный	20	40	40

2 День

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Соуска на пару	40	40	40	соуска	40	40	40
				Масло сливочное	0.5	0.5	0.5
Гарнир: гречневая рассыпчатая	100	130	150	гречка	48	62	71
				Соль	0.4	0.4	0.4
				Мука пшеничная обогащенная	45	45	45
				сахар	15	15	15
Булочка	50	50	50	Масло растительное	7	7	7
				Чай вышней сорт	0.2	0.2	0.2
Чай черный с сахаром	200	200	200	сахар	10	10	10
				Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

3 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Плов с говядиной	40	40	40	Говядина	50	50	80
				Крупа рисовая	43	43	68
				Морковь	13	13	19
				Лук репчатый	12	12	16
				Масло растительное	8	12	12
				Соль йодированная	0.4	0.4	0.4
				Морковь	45	45	45
Салат морковный	50	50	50	Сахар	4	5	6
				Масло растительное	6	8	10
				КОМПОТ	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	35	40	сухофрукты	2	2	2
				сахар	9	12	15
Хлеб пшеничный	20	35	40	Хлеб пшеничный	20	35	40

4 день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп фрикадельками из рыбы	150	200	200	Фарш рыбный	40	40	40
				морковь	8	9	10
				Лук репчатый	8	9	10
				Масло растительное	4	5	5
				Крупа пшено	12	15	15
				Яйцо 1 категории	0.4	0.4	0.4
				Соль йодированная	0.4	0.4	0.4
				вода	200	218	218
				Дблока	1шт	1шт	1шт
				Хлеб пшеничный	20	40	40
кисель	1шт	1шт	1шт	Дблока	1шт	1шт	1шт
				Хлеб пшеничный	20	40	40

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Курица с овощами	50	80	80	Куренный филе	50	80	40
				лук репчатый	9	10	11
				Масло растительное	10	10	10
				Морковь	24	24	24
				Томат паста	5	6	6
				соль	0.4	0.4	0.4
				мука	0.1	0.1	0.1
Рис	48	60	74				
Гарнир: рис	110	160	160				
Салат витамин	50	50	50	Капуста белокочанная	50	74	91
				морковь	10	13	17
				Огурец	16	22	27
				Масло растительное	10	13	16
Чай каркаде	200	200	200	Чай каркаде	5	5	5
Хлеб пшеничный	20	35	40	Сахар	20	20	20
				Хлеб пшеничный	20	35	40