

Утверждаю
 Руководитель
 ГУ "Отдел образования города Костаная"
 Управления образования акимата Костанайской
 Уразбаева Г.А.



Зима-весна ,
 2 неделя

№	Наименование блюد	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
	Понедельник							
1	Каша молочная пшениная со сливочным маслом и сахаром	5/10/220	5/10/230	5/10/250	молоко	179	179	179
					пшено	40	40	40
					сахар	5	5	5
					соль йодированная	1	1	1
					масло сливочное	5	5	5
2	Бутерброд с маслом	20	35	40	хлеб ржано- пшеничный	85	85	85
		10	15	20	масло сливочное	15	15	15
3	Чай с сахаром	200	200	200	чай	5	5	5
					сахар-песок	20	20	20
					вода	175	175	175
	Вторник							
1	Тефтели мясные с томатно- сметанным соусом	80/20	90/20	100/20	фарш говяжий	50	50	50
					хлеб	5	5	5
					молоко	5	5	5
					лук репчатый	10	10	10
					масло растительное	4	4	4

					мука пшеничная	2	2	2
					бульон	7	7	7
					масло сливочное	2	2	2
					мука пшеничная	2	2	2
					зелень	2	2	2
					томатная паста	2	2	2
					сметана	3	3	3
2	Гречка отварная	130	150	180	крупa гречневая	48	48	48
					масло сливочное	4	4	4
3	Салат овощной с растительным маслом	60	80	100	капуста белокочанная	40	40	40
					морковь	14	14	14
					соль йодированная	1	1	1
					масло растительное	5	5	5
4	Кисель плодово-ягодный	200	200	200	кисель из концентрата	24	24	24
					сахар	10	10	10
					вода	166	166	166
5	Хлеб	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Средa								
1	Суп картофельный с лапшой домашней	200/25	230/25	250/25	Бульон	119	119	119
					картофель	60	60	60
					лапша	20	20	20
					лук репчатый	5	5	5
					морковь	3	3	3
					мясо курицы	20	20	20

					соль йодированная	3	3	3
2	Булочка домашняя	50	50	50	мука пшеничная обогащенная	20	20	20
					дрожжи пресованные	2	2	2
					Молоко	10	10	10
					масло сливочное	3	3	3
					сахар	10	10	10
					соль йодированная	1	1	1
					масло растительное	5	5	5
3	Чай без сахара с медом	200	200	200	чай	5	5	5
					мед	10	10	10
					вода	185	180	180
4	Хлеб	20	35	40	хлеб ржано- пшеничный	20	35	40
5	Фрукт	100	100	100	яблоко	100	100	100
Четверг								
1	Биточки рыбные	80	90	100	минтай	32	32	32
					хлеб ржано- пшеничный	5	5	5
					молоко или вода	10	10	10
					сухари	3	3	3
					масло растительное	5	5	5
2	Гороховое пюре. Соус красный основной	130/20	150/20	180/20	Горох	51	51	51
					масло сливочное	5	5	5
					соль йодированная	1	1	1
					бульон	9	9	9

						масло сливочное	2	2	2
						мука пшеничная обогащенная	2	2	2
						зелень	2	2	2
						томатная паста	2	2	2
	3	Компот из сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	20	20	20
						сахар	20	20	20
						вода	160	160	160
	4	Хлеб	20	35	40	хлеб ржано- пшеничный	20	35	40
	Пятница								
	1	Гуляш из мяса курицы	60	80	100	курица	25	25	25
						масло растительное	5	5	5
						лук репчатый	10	10	10
						соль йодированная	1	1	1
					морковь	10	10	10	
					мука пшеничная обогащенная	3	3	3	
					бульон	23	23	23	
					томатная паста	3	3	3	
2	2	Макаронные изделия отварные	130	150	180	макароны	50	50	50
					масло сливочное	5	5	5	
3	3	Чай с сахаром, с лимоном	200	200	200	чай	5	5	5
					лимон	5	5	5	
					сахар	20	20	20	
					вода	170	170	170	
4	4	Хлеб	20	35	40	хлеб пшеничный	20	35	40