



Двухнедельное перспективное меню – раскладка
для организации питания учащихся 1-4 классов на 2024 учебный год
I неделя /ОСЕНЬ - ЗИМА/

1-й день-1неделя
Обед

№ п/п	Наименование блюд	Ингредиенты блюда	1-4кл	
			Брутто	Выход
1	Крупа молочная ячневая с маслом	Крупа ячневая	35	200
		Масло сливочное	15	
		Сахар	7	
		Молоко	200	
		Соль	1	
2	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	20	20
3	Сыр	Сыр	10	10
4	Яблоко	Яблоко	200	200
5	Кисель	Кисель	20	200

2-й день-1неделя
Обед

№ п/п	Наименование блюд	Ингредиенты блюда	1-4кл	
			Брутто	Выход
1	Плов с курицей	Курица	140	175
		Рис	65	
		Масло растительное	11	
		Лук	20	
		Морковь	20	
		Чеснок	5	
		Соль	1	
2	Витаминный салат	Капуста	70	80
		Морковь	25	
		Сахар	3	
		Масло растительное	11	
3	Хлеб ржано -пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	20	20
4	Чай с медом	Чай	2	200
		Мед	25	

3-й день-1неделя

Обед

№ п/п	Наименование блюд	1-4кл		
		Ингредиенты блюда	Брутто	Выход
1	Щи с мясной фрикаделькой	Мясо говяжьи	140	200
		Картофель	80	
		Капуста	90	
		Морковь	20	
		Масло растительное	11	
		Соль	1	
2	Творог	Творог	30	30
		Сахар	20	
3	Хлеб ржано -пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	20	20
4	Компот из смеси сухофруктов	Сухофрукты	10	200
		Сахар	10	
		Лимонная кислота	1	

4-й день-1неделя

Обед

№ п/п	Наименование блюд	1-4кл		
		Ингредиенты блюда	Брутто	Выход
1	Салат из моркови	Морковь	90	80
		Сахар	3	
		Масло растительное	5	
		Соль	1	
2	Котлеты рыбные	Рыба сазан	130	80
		Хлеб	10	
		Молоко	40	
		Мука	20	
		Сухарики	10	
		Крахмал	5	
		Яйцо	1/6	
		Лук	20	
		Морковь	20	
		Масло растительное	11	
		Соль	0.5	
3	Картофельный пюре	Картофель	150	175
		Молоко	65	
		Масло сливочное	10	
		Соль	0.5	
4	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	20	20
5	Какао с молоком	Молоко	200	200
		Какао	2	
		Сахар	15	

5-й день-1 неделя

Обед

№ п/п	Наименование блюд	1-4кл		
		Ингредиенты блюда	Брутто	Выход
1	Гороховый суп с мясными фрикадельками	Мясо говяжьи	140	200
		Картофель	80	
		Горох	30	
		Лук	20	
		Морковь	20	
		Масло растительное	6	
		Соль	1	
2	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	20	20
3	Сок	Сок	200	200

Диетсестра:  Сағидолла Л.Ж.