

«Утверждаю»

Директор СОШ № 22

М.Е. Дилмагамбетов

**Расчетная стоимость двухнедельного перспективного меню для учащихся
общеобразовательных школ.**

(для отдельных категорий учащихся)

День	Наименование	Ингредиенты		6-10 лет		11-14 лет		15-18-лет
			Выход	Брутто	Выход	Брутто	Выход	Брутто
1 неделя								
1 день	Каша молочная ячневая с маслом	Крупа ячневая	175	35	225	65	225	75
		Масло сливочное		15		15		15
		Сахар		7		9		11
		Молоко		225		230		235
		Саль		1		2		2
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40
	Сыр	сыр	10	10	15	15	15	15
	Яблоко	Яблоко	250	250	250	250	250	250
	Кисель	Кисель	200	20	200	20	200	20
				200		200		200
2 День	Плов с курицей	Курица	175	140	175	165	175	200
		Рис		65		75		85
		Масло растительное		11		15		20
		Лук		20		35		60
		Морковь		20		35		70
		Чеснок		5		5		5
		Соль		1		2		2
	Салат витаминный	Капуста	80	70	125	90	125	110
		Морковь		25		30		40
		Сахар		3		2		2
		Масло растительное		11		10		10
	Творожная масса	Творожная масса	125	125	125	125	125	125
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40
	Чай с медом	Чай	200	2	200	2	200,00	2
		Мед		25		25		25
3 День	Щи с мясными фрикадельками	Говядина	225	152,5	275	182,5	275	200
		Картофель		30		45		65
		Капуста		75		60		60
		Морковь		20		20		20

		Морковь		20		20		20				
		Масло растительное		11		15		15				
		Соль		1		1		2				
	Сузбе	Сузбе	60	60	70	70	80	80				
		Сахар		20		24		27				
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40				
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты	200	5	200	5	200	5				
		Лимонная кислота		1		1		1				
		Сахар		5		5		5				
	4 день	Салат из моркови	Морковь	80	90	125	100	125	150			
Масло растительное			5		10		10					
	Котлеты рыбные	Рыба свежая	115	110	140	130	140	140				
		Хлеб		15		25		35				
		Молоко		30		25		25				
		Мука		20		25		35				
		Сухари		10		11,5		15				
		Крахмал		10		10		10				
		Яйцо		5		15		15				
		Лук		20		20		20				
		Морковь		20		20		28				
		Масло Растительное		5		8		13				
		Соль		1		1		1				
		Пюре картофельное		Картофель		125		150	165	170	165	190
				Молоко				65		65		65
	Масло сливочное		10	15	25							
	Соль		0,5	0,5	1							
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40				
	Какао с молоком	Какао Молоко	200	20 200	200	20 200	200	20 200				
	5 День	Гороховый суп с мясными фрикадельками	Говядина	225	152,5	275	182,5	275	200			
			Картофель		30		35		35			
Горох			30		35		50					
Лук			20		25		20					
Морковь			20		25		20					
Масло растительное			6		5		5					
Соль			1		1		2					
Сузбеше		Сузбеше	125	125	125	125	125	125				
		\										
Хлеб ржано пшеничный		Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40				
Сок		Сок	165	165	165	165	165	165				
Яблоко		Яблоко	250	250	250	250	250	250				

2 неделя								
1 День	Салат с белокочанной капусты	Белокочанная капуста	80	70	125	100	125	130
		Морковь		40		40		45
		Горох		3		3		3
		Чеснок		4		4		4
		Масло растительное		11		15		15
	Суп рисовый с мясными фрикадельками	Говядина	225	100	275	121,4	275	133,3
		Рис		20		20		50
		Масло сливочное		6		6		6
		Лук		20		20		25
		Морковь		20		20		25
		Картофель		30		30		30
		Соль		1		0,5		2
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40
	Молоко	Молоко	200	200	200	200	200	200
2 день	Биточки с мясом	Говядина	115	100	140	121,6	140	133,4
		Хлеб		5		35		40
		Молоко		30		40		40
		Масло растительное		11		11		11
		Лук		20		20		25
		Морковь		20		20		25
		Соль		0,5		1		2
	Гречка отварная	Крупа гречневая	125	36,7	165	65	165	67
		Масло сливочное		9		11		14
		Соль		0,5		1		2
	Сүзбеше	Сүзбеше	125	125	125	125	125	125
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40
	Кисель	Кисель	200	20	200	20	200	20
	Яблоко	Яблоко	250	250	250	250	250	250
3 День	Картофельный суп с мясными фрикадельками	Говядина	225	105	275	122	275	133,3
		Картофель		180		180		255
		Морковь		25		25		25
		Лук		25		25		25
		Масло растительное		11		15		15
		Соль		1		1		2
	Сүзбе	Сүзбе	60	60	70	70	80	80
		Молоко		70		70		70
		Сахар		20		20		25
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40
	Сок	Сок	165	165	165	165	165	165

4 день	Салат из свеклы с сыром	Свекла		93		143		150
		сыр	80	10	125	15	125	15
		Масло растительное		6		10		10
	Котлеты рыбные	Рыба свежая	115	110	140	130	140	140
		Хлеб		15		25		35
		Крахмал		10		10		10
		Сухари		10		11,5		15
		Яйцо		5		15		15
		Мука		20		25		35
		Молоко		30		25		25
		Масло растительное		5		8		13
		Лук		20		20		20
		Соль		1		1		2
		Морковь		20		20		28
	Рис отварной	Крупа рисовая	125	36,6	165	38	165	38
		Масло сливочное		5		6,5		10
		Соль		1		1		2
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40
	Молоко с медом	Молоко	200	200	200	200	200	200
		Мед		25		25		25
5 День	Тушенная курица	Курица	115	140	140	165	140	200
		Масло растительное		11		11		11
		Лук		20		20		30
		Морковь		20		20		30
		Соль		0,5		1		2
	Рожки отварные	Рожки	125	36,7	165	52	165	55
		Масло сливочное		5		6,5		10
		Соль		0,5		1		2
	Сүзбеше	Сүзбеше	125	125	125	125	125	125
	Хлеб ржано пшеничный	Хлеб ржано пшеничный	20	20	35	35	40	40
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты	200	5	200	5	200	5
		Лимонная кислота		1		1		1
		Сахар		15		20		20
	Яблоко	Яблоко	250	250	250	250	250	250

ИП «Киматов А.Т.»



Киматов А.Т.