

СОГЛАСОВАНО
 Руководитель ГУ "Отдел образования
 по Зерепдинскому району управления образования
 Акмолинской области"
 Нурина Д.Ш. _____
 26 августа 2022 года

УТВЕРЖДАЮ
 КГУ «Общественная школа
 села Исаковка отдела образования
 по Зерепдинскому району управления
 образования Акмолинской области»
 Байсенова Г.А. _____
 26 августа 2022 года

Перспективное меню (лето-осень)

I неделя

день	Наименование блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Борщ (свекла, капуста белокачанная, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль, болгарская, мясо)	200/25	230/25	250/25	750 гр
	Куры отварные (курица, лук репчатый)	80	90	100	
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Молоко	200	200	200	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Суп гороховый (картофель, горох, лук репчатый, морковь, петрушка, масло растительное, соль, болгарская,	200/25	230/25	250/25	
	Перец фаршированный с фаршем и рисом (перец, говядина, колбаса, мясо, крупа рисовая, лук репчатый, масло)	200	230	269	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Салат из свежих огурцов (огурцы, масло растительное)	60	80	100	
вторник	Кисель из плодов шиповника	200	200	200	750 гр
	Яблоко	200	200	200	
	Суп с крупой (крупа овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говядины)	200/25	230/25	250/25	
	Мясо тушеное (говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная)	80	90	100	
	Гарнир (тушеная капуста)	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Суфле (творог)	100	100	100	
	Кефир	200	200	200	
	Суп, лапша домашняя (мука пшеничная, яйца, вода, соль, болгарская, лук репчатый, масло сливочное, мясо)	200/25	230/25	250/25	
	Салат из свежих помидоров со сливками перцем (помидоры свежие, лук зеленый, перец сладкий, масло растительное)	60	80	100	
среда	Котлеты рыбные (сулик, хлеб пшеничный, вода, сушари, масло растительное)	80	90	100	750 гр
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокачанная,	75/26	100/30	120/30	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Компот из свежих плодов (яблоки, сахар, вода)	200	200	200	
	Банан	200	200	200	
	Щи из свежей капусты (капуста белокачанная, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная)	200/25	230/25	250/25	
	Плов с мясом говядины (мясо говядины, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	150/50	180/50	200/50	
	Салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Мед пчелиный	10	10	10	
четверг	Молоко	200	200	200	750 гр
	Щи из свежей капусты (капуста белокачанная, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная)	200/25	230/25	250/25	
	Плов с мясом говядины (мясо говядины, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	150/50	180/50	200/50	
	Салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	
	Щи из свежей капусты (капуста белокачанная, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная)	200/25	230/25	250/25	
	Плов с мясом говядины (мясо говядины, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	150/50	180/50	200/50	
	Салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100	
пятница	Молоко	200	200	200	750 гр
	Щи из свежей капусты (капуста белокачанная, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная)	200/25	230/25	250/25	
	Плов с мясом говядины (мясо говядины, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	150/50	180/50	200/50	
	Салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	
	Щи из свежей капусты (капуста белокачанная, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная)	200/25	230/25	250/25	
	Плов с мясом говядины (мясо говядины, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	150/50	180/50	200/50	
	Салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100	

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ГУ "Отдел образования
по Зерендинскому району управления образования
Акмолдинской области"

Нурова Д.Ш.

26 августа 2022 года

УТВЕРЖДАЮ

КЗУ «Общественная школа
села Исаконьса отдела образования
по Зерендинскому району управления
образования Акмолинский облысты»
Байеритова Г.Ж.

26 августа 2022 года

Перелестивное меню (лето-осень)

II неделя

день	Наименование блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм				сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		
понедельник	Суп диетический (мука пшеничная, яйца, вода, соль, водоросли, лук репчатый, масло сливочное, бульон, фарш из говядины (масло говяжье), масло растительное, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, гарнир (крупа перловая) Хлеб ржано-пшеничный Творог (сушење) Молоко	200/25	230/25	250/25	750 кг	
		140/60	140/60	140/60		
		100	130	150		
		20	35	40		
		100	100	100		
		200	200	200		
		200/25	230/25	250/25		
		60	80	100		
		200	200	200		
		20	35	40		
вторник	Суп из овощей (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, салат из моркови с яблоками (морковь и яблоки свежие, сахар, масло растительное) Голубцы с мясом и рисом (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый) Хлеб ржано-пшеничный Компот из сухофруктов (сухофрукты: курага, ягода) Банан	200	200	200	750 кг	
		200/25	230/25	250/25		
		80	90	100		
		100	130	150		
		20	35	40		
		100	100	100		
		200	200	200		
		200/25	230/25	250/25		
		80	90	100		
		100	130	150		
среда	Суп вермишелевый (вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, бульон, мясо (виноное) Тортелецки мясные (говядина (котлетное мясо), хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, мука) Гарнир (гречневая крупа, рассыпчатая) Хлеб ржано-пшеничный Сушење (творог) Кефир	200/25	230/25	250/25	750 кг	
		80	90	100		
		100	130	150		
		20	35	40		
		100	100	100		
		200	200	200		
		200/25	230/25	250/25		
		75/50	75/50	75/50		
		100	130	150		
		20	35	40		
четверг	Суп харчо (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, петрушка, томатная паста, соль водоросли, бульон, сулук припущенный (филе сулук), лук репчатый, петрушка, соус белый основной, бульон, масло сливочное, мука) Гарнир (творог картофельное) Хлеб ржано-пшеничный Кисель с витамином С Груши	75/50	75/50	75/50	750 кг	
		100	130	150		
		20	35	40		
		200	200	200		
		200	200	200		
		200/50	230/25	250/25		
		80	90	100		
		100	130	150		
		20	35	40		
		10	10	10		
пятница	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, лук репчатый, масло растительное, бульон, говядина) Зрелые рубленые (котлетное, говядина, масло, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйца) Гарнир: рис припущенный (рис, масло сливочное, бульон) Хлеб ржано-пшеничный Мед ледяной Сушење (творог) Соус мультивитаминный	200/50	230/25	250/25	750 кг	
		80	90	100		
		100	130	150		
		20	35	40		
		100	100	100		
		200	200	200		
		200/50	230/25	250/25		
		80	90	100		
		100	130	150		
		20	35	40		
10	10	10				

СОГЛАСОВАНО
 Руководитель ГУ "Отдел образования
 по Зерепинскому району управления образования
 Акмолинской области"
 Нурова Д.Ш.
 26 августа 2022 года

УТВЕРЖДАЮ
 КГУ «Областное управление школы
 села Ираковск отдела образования
 по Зерепинскому району управления
 образования Акмолинской области»
 Байсентова Г.Ж.
 26 августа 2022 года

Перевестинское меню (лето-осень)

III неделя

день	Наименование блюда, ингредиентов	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Суп жарчо (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, петрушка)	200/25	230/25	250/25	750 гр
	Котлеты мясные (мясо говяжье, говядина, лук репчатый, морковь, сухари, масло сливочное, масло растительное)	75/5	83/5	95/5	
	Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100	130	150	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Суфле (творог)	100	100	100	
	Мед печеный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	
	Борщ (капуста белокочанная, свекла, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль, йодированный, масло)	200/25	230/25	250/25	
	Кури отварные (курица, лук репчатый)	80	90	100	
	Гарнир (крупа перловая)	100	130	150	
вторник	Салат из сладкого перца с зеленью (перец сладкий, лук зеленый, масло растительное)	60	80	100	750 гр
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Компот из свежих плодов (груша, сахар)	200	200	200	
	Банан	200	200	200	
	Рисовый (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25	
	Мясо тушеное (мясо говяжье, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная)	80	90	100	
	Гарнир: капуста тушеная (капуста белокочанная, масло растительное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука)	100	130	150	
	Салат из свежих помидоров (помидоры свежие, лук зеленый, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Суфле (творог)	100	100	100	
среда	Кефир	200	200	200	750 гр
	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон (говядина))	200/25	230/25	250/25	
	Тефтели из сулуги (сулуги, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, мука пшеничная обдирочная, масло)	80	90	100	
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокочанная, лук репчатый)	75/26	100/30	120/30	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Сок мультивитаминный	200	200	200	
	Яблоко	200	200	200	
	Суп с крупой (крупа овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говядины)	200/25	230/25	250/25	
	Перец фаршированный с мясом и рисом (перец сладкий, говяжье котлетное мясо, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, лук репчатый)	200	230	269	
	Салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100	
четверг	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	750 гр
	Кисель из плодов шиповника	200	200	200	
	Груша	200	200	200	
	Суп с крупой (крупа овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говядины)	200/25	230/25	250/25	
	Перец фаршированный с мясом и рисом (перец сладкий, говяжье котлетное мясо, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, лук репчатый)	200	230	269	
	Салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Кисель из плодов шиповника	200	200	200	
	Груша	200	200	200	

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ГУ "Отдел образования
по Зерендинскому району управления образования
Акмолдинской области"
Нурова Д.Ш.

26 августа 2022 года

УТВЕРЖДАЮ

КГУ «Общественно-образовательная школа
села Исатовка» отдела образования
по Зерендинскому району управления
образования Акмолдинского областного
Байсеитова Т.Ж.

26 августа 2022 года

Переведенное меню (лето-осень)

IV недели

день	Наименование блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм				сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		
понедельник	Суп из овощей (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный,	200/25	230/25	250/25	750 кг	
	Баточки мясные (мясо котлетное говяжье, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло растительное, масло сливочное)	75/5	85/5	95/5		
	Гарнир (рис припущенный)	100	130	150		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40		
	Творог (сузбене)	100	100	100		
	Мед пчелиный	10	10	10		
	Молоко	200	200	200		
	Суп с вермишелью (вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25		
	Азу (мясо говяжье, масло растительное, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная, огурцы соленые, картофель,	200	230	250		
	Салат из капусты белокочанной (капуста белокочанная, морковь, сахар, масло растительное)	60	80	100		
вторник	Салат с огурцами и зеленью (капуста белокочанная, морковь, сахар, масло растительное)	20	35	40	750 кг	
	Хлеб ржано-пшеничный	200	200	200		
	Компот из свежих плодов (яблоко, груша, сахар)	200	200	200		
	Банан	200	200	200		
	Борщ (свекла, капуста белокочанная, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль йодированная, масло	200/25	230/25	250/25		
	Гуляш (говядина, мясо растительное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, обогашенная)	60	80	100		
	Гуляш (говядина, мясо растительное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, обогашенная)	100	130	150		
	Гарнир: крупа перловая	20	35	40		
	Хлеб ржано-пшеничный	100	100	100		
	Сузбене (творог)	200	200	200		
среда	Кефир	200/25	230/25	250/25	750 кг	
	Суп с бобовыми (фасоль, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	75/50	75/50	75/50		
	Судак тушеный (судак, вода или бульон, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, масло растительное,	75/26	100/50	120/30		
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокочанная,	20	35	40		
	Хлеб ржано-пшеничный	200	200	200		
	Сок персиковый	200	200	200		
	Яблоко	200/50	230/25	250/25		
	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, лук репчатый, масло растительное, бульон, говядина)	150/50	180/50	200/50		
	Плов (мясо говяжье, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	60	80	100		
	четверг	Салат с огурцами и зеленью (мякоть салата, огурцы свежие, масло растительное)	20	35		40
Хлеб ржано-пшеничный		100	100	100		
Сузбене (творог)		200	200	200		
Молоко		200	200	200		
пятница	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, лук репчатый, масло растительное, бульон, говядина)	200/50	230/25	250/25	750 кг	
	Плов (мясо говяжье, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	150/50	180/50	200/50		
	Салат с огурцами и зеленью (мякоть салата, огурцы свежие, масло растительное)	60	80	100		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40		
	Сузбене (творог)	100	100	100		
	Молоко	200	200	200		