



1 неделя
Вторник

Наименование блюда	Выход блюда в гр.		Ингредиенты блюда	Брутто	
	6(7) - 11 лет	11 - 15 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет
Салат витаминный	60	80	Капуста белокочанная	49	63
			Морковь	21	27
			Яблоки свежие	21	27
			Масло растительное	4,0	4,5
			Йодированная соль	0,1	0,1
Котлета из говядины	70	90	Говядина мякоть	80	90
			Пшеничный хлеб	7	12
			Яйцо куриное	5	5
			Лук репчатый	7	12
			Масло растительное	2,0	3,0
Соус сметанный	20	20	Йодированная соль	0,2	0,2
			Сметана	10,0	10,0
			мука	2,0	2,0
Макаронь отварные			Масло сливочное	2,0	2,0
			макаронь	46	53
			Йодированная соль	0,1	0,2
Хлеб ржано- пшеничный пшеничный	30	50	Масло сливочное	5	5
			Хлеб ржано- пшеничный пшеничный	30	50



I неделя

Среда

Наименование блюд	Выход блюд в гр		Брутто		
	6(7) -11лет	11-15 лет	Ингредиенты блюда	6(7)-11лет	11-15лет
Куриная грудка с овощами	60	80	Филе курицы Морковь Лук репчатый Томатная паста Масло сливочное Соль		
Гречка расыпчатая	200	220	Гречневая крупа Масло сливочное, Соль		
Какао с молоком	200	200	Какао порошок Молоко Сахар		
Яблоки	120	120	Яблоко		
Хлеб ржаной пшеничный	30	50	Хлеб		



I неделя

Четверг

Наименование блюд	Выход блюд в гр		Брутто		
	6(7) -11лет	11-15 лет	Ингредиенты блюда	6(7)- 11лет	11- 15лет
Биточки рыбные	70	90	Филе минтая Лук Сухари панаровочные Яйца куринное Соль Масло растительное		
Соус молочно- томатный	20	20	Молоко Мука 1 сорт Масло сливочное Томатная паста		
Кортофельное- морковное пюре	130	150	Картофель Морковь Молоко Масло сливочное Соль		
Гарнировка	20	25	Горошок зеленый консервированный		
Напиток лимонный	200	200	Лимон Сахар		
Хлеб ржаной пшеничный	30	50	Хлеб		



I неделя

Пятница

Наименование блюда	Выход блюд в гр		Ингредиенты блюда	Брутто	
	6(7) -11лет	11-15 лет		6(7)- 11лет	11- 15лет
Борщ с мясом	200	250	Говядина мякоть Свекла Капуста белокочанная Кортофель Морковь Лук репчатый Томатная паста Масло растительное		
Булочка бутербродная с сыром	50	50	Мука пшеничная высшего сорта Сахар Яйца Молоко 2,5 Сыр твердый Дрожжи Масло сливочное, Соль Ванилин		
Напиток Денсаулық	200	200	Лимон Яблоко Сахар		
Хлеб ржаной пшеничный	30	50	Хлеб		



2 неделя

Понедельник

Наименование блюд	Выход блюд в гр				Брутто	
	6(7) -11лет	11-15 лет	Ингредиенты блюда		6(7)- 11лет	11- 15лет
Поджарка из птицы	70	90	Филе из кури цы Морковь Лук Томатная паста Сладкий перец Масло сливочное Соль			
Рис рассыпчатый с овощами	130	150	Крупа рисовая Морковь Зеленый горошек Масло сливочное Соль			
Какао с молоком	200	200	Какао порошок Молоко Сахар			
Яблоко	120	120	Яблоко			
Хлеб ржаной пшеничный	30	50	Хлеб			



2 неделя
Вторник

Наименование блюд	Выход блюда в гр.		Ингредиенты блюда	Брутто	
	6(7) - 11 лет	11 - 15 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет
Ленивые голубцы с говядиной	200	220	Говядина мякоть	74	83
			Масло сливочное	3	3
			Капуста белокочанная	160	170
			рис	8	10
			Мука пшеничная	3	3
			сметана	5	10
			Лук репчатый	10	12
			Томатная паста	3	3
			морковь	25,0	20,0
			Йодированная соль	0,1	0,2
Соус сметанный	20	20	Сметана	10,0	10,0
			мука	2,0	2,0
Компот из сухофруктов	200	200	Масло сливочное	2,0	2,0
			сухофрукты	20	20
			сахар	3	3



2 недели
Среда

Наименование блюда	Выход блюда в гр.		Ингредиенты блюда	Брутто	
	6(7) - 11 лет	11 - 15 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет
Салат с морковь с сыром	60	80	Морковь	70	90
			Сыр полутвердый	7	10
			Масло растительное	3	5
			Йодированная соль	0,1	0,1
			Филе курицы	75	80
Жаркое по домашнему из птицы	200	220	Лук репчатый	20	23
			морковь	25	25
			картофель	80	90
			зелень	10	10
			Масло растительное	4	5
			Йодированная соль	0,2	0,2
			Лавровый лист	0,01	0,01
			чеснок	5	5
			каркаде	0,1	0,1
			сахар	3	3
Чай каркаде	200	200	яблоко	150	150
Яблоки	120	120	Хлеб ражано - пшеничный	30	50
Хлеб пшеничный/пшеничный	30	50			



2 неделя
Четверг

Наименование блюда	Выход блюда в гр.		Ингредиенты блюда	Брутто	
	6(7) - 11 лет	11 - 15 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет
Котлета рыбная Соус томатный Рис рассыпчатый с маслом сливочным	70	90	Филе минтая	80	98
			Лук репчатый	6	10
			Сухари панировочные	13	15
			Яйцо куриное	5	5
			Йодированная соль	0,1	0,1
			Масло растительное	1	3
Соус молочно-томатный	20	20	молоко	10	10
			мука	3	3
			Масло сливочное	3	3
			Томатная паста	3	3
Подгарнировка	20	25	Горошек зеленый	22	27
Компот из свежих яблок	200	200	Яблоки свежие	143	143
			сахар	3	3
Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный	30	50	Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный	30	50



2 неделя
Пятница

Наименование блюдо	Выход блюда в гр.		Брутто			
	6(7) - 11 лет	11 - 15 лет	Ингредиенты блюда	6(7)-11 лет	11-15 лет	
Салат из белокачанной капусты и яблок	60	90	Капуста белокачанная	49	63	
			морковь	21	27	
			Яблоки свежие	21	27	
			Масло растительное	4,0	4,5	
			Йодированная соль	0,1	0,1	
Суп гороховый с мясом	200	250	Говядина мякоть	50	65	
			картофель	53	66	
			Горох лущеный	16	20	
			морковь	10	13	
			Лук репчатый	10	12	
			Масло растительное	3	4	
			Йодированная соль	0,2	0,2	
			Сухари хлебные	10	10	
			Мука пшеничная высшего сорта	2	2	
			сахар	4	4	
Булочка с творогом	50	50	Масло сливочные	1	1	
			яйцо	5	5	
			Молоко 2,5%	9	9	
			творог	13	13	
			Дрожжи прессованные	1	1	
			Соль йодированная	0,2	0,2	
			ванилин	0,03	0,03	
			яйцо	1	1	
Напиток лимонный	200	200	лимон	20	20	
			сахар	8	8	



3 неделя
1 день

Наименование блюда	Выход блюда в гр.		Ингредиенты блюда	Брутто	
	6(7) - 11 лет	11 - 15 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет
Салат морковь с яблоками	60	80	морковь	70	90
			яблоко	7	10
			Масло растительное	3	5
			Йодированная соль	0,1	0,1
			Филе курицы	75	84
Паста Болоньезе из птицы	200	220	Лук репчатый	13	15
			морковь	1	1
			Масло растительное	3	4
			Томатная паста	3	3
			чеснок	1	1
			Йодированная соль	0,2	0,2
			Макаронные изделия	63	68
			Сыр твердый	7	10
			лимон	40,0	40,0
			Яблоко	89,0	89,0
Напиток денсаулык	200	200	сахар	3,0	3,0
Хлеб пшеничный/пшеничныйц	30	50	Хлеб пшеничный/пшеничныйц ржано-	30	50