

И.о. директора школы  
 КГУ "ОШ с Интернациональным "Отдела образования  
 по Есильскому району  
 управления образования  
 Акмолинской области"



*[Signature]*  
 Усс Е.Ф.  
 12 " августа 2024г.

Перспективное двухнедельное меню для учащихся начальных классов  
 с 01.09.2024г. по 31.12.2024г. (1 - 4 классы)

I-неделя  
 Понедельник  
 1 день

лето-осень

Наименование блюда	Выход	Ингредиенты блюда	Кол-во (г) 11-18лет	Средняя цена с учетом (коэф. инфляции 1,06)	Сумма
	блюд (г) 11-18лет				
Суп лапша по домашнему на костном бульоне	250	лапша яичная	0,0282	1350	38,07
		морковь	0,0168	250	4,20
		соль	0,0005	100	0,05
		масло растительное	0,003	990	2,97
		масло сливочное	0,0063	1900	11,97
Капуста с тушеной курицей	200	капуста белокачанная свежая	0,129	380	49,02
		мясо кур	0,177	1800	318,60
		лук репчатый	0,01	250	2,50
		масло сливочное	0,003	1900	5,70
		масло растительное	0,003	990	2,97
		мука пшеничная	0,001	380	0,38
		морковь	0,01	250	2,50
		томатная паста	0,005	1000	5,00
		сахар	0,002	490	0,98
		соль	0,0005	100	0,05
		приправа (зелень сухая)	0,001	5000	5,00
Мед	25	мед	0,025	2000	50,00
чай черный	200	чай	0,002	3500	7,00
хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	0,02	440	8,80
Калорийность	597				
<b>Итого:</b>			<b>0,4433</b>		<b>515,76</b>

Вторник  
 2 день

Наименование блюда	Выход	Ингредиенты блюда	Кол-во (г) 11-18лет	Средняя цена	Сумма
	блюд (г) 11-18лет				
Суп картофельный с крупой на костном бульоне	250	крупка пшеничная	0,008	240	1,92
		картофель	0,065	250	16,25
		морковь	0,008	250	2,00
		соль	0,0005	100	0,05
		масло растительное	0,004	990	3,96
		лук	0,008	250	2,00
		масло сливочное	0,002	1900	3,80
Жаркое по домашнему	200	мясо говядина	0,14	3360	470,40
		картофель	0,15	250	37,50
		мука пшеничная	0,002	380	0,76
		лук репчатый	0,012	250	3,00
		томатная паста	0,005	1000	5,00
		соль	0,0005	100	0,05
		масло растительное	0,008	990	7,92
		масло сливочное	0,002	1900	3,80
		приправа (зелень сухая)	0,001	5000	5,00
морковь	0,012	250	3,00		
кисель	200	кисель	0,04	1000	40,00
яблоко	250	яблоко	0,25	750	187,50
хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	0,02	440	8,80
Калорийность	775				
<b>Итого:</b>			<b>0,738</b>		<b>802,71</b>



Среда  
3 день

Наименование блюд	Выход	Ингредиенты блюд	Кол-во	Средняя цена	Сумма
	блюд (г)		(г)		
	11-18лет		11-18лет		
Свекольник со сметаной на костном бульоне	250	картофель	0,055	250	13,75
		лук репчатый	0,007	250	1,75
		свекла	0,03	320	9,60
		соль	0,0005	100	0,05
		морковь	0,01	250	2,50
		сметана 15%	0,01	1800	18,00
		томат паста	0,005	1000	5,00
		масло сливочное	0,002	1900	3,80
Гречка с курицей покупечески	200	масло растительное	0,004	990	3,96
		филе куриное	0,122	1900	231,80
		морковь	0,015	250	3,75
		лук репчатый	0,015	250	3,75
		томат паста	0,005	1000	5,00
		масло растительное	0,008	990	7,92
		соль йодированная	0,0005	100	0,05
		масло сливочное	0,003	1900	5,70
		приправа (зелень сухая)	0,001	5000	5,00
		крупа гречневая	0,051	600	30,60
хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	0,02	440	8,80
Компот из смеси сухофруктов	200	смесь сухофруктов	0,015	1300	19,50
		кислота лимонная	0,0002	1000	0,20
		сахар	0,015	490	7,35
Калорийность	765				
Итого:			0,3942		387,83

Четверг  
4 день

Наименование блюд	Выход	Ингредиенты блюд	Кол-во	Средняя цена	Сумма
	блюд (г)		(г)		
	11-18лет		11-18лет		
Суп гороховый на костном бульоне	250	картофель	0,065	250	16,25
		горох	0,035	440	15,40
		масло сливочное	0,003	1900	5,70
		морковь	0,006	250	1,50
		соль йодированная	0,0005	100	0,05
		лук репчатый	0,006	250	1,50
		приправа (зелень сухая)	0,001	5000	5,00
		масло растительное	0,004	990	3,96
Котлета рыбная с основным красным соусом	80-50 90/50	филе минтая с/м	0,086	2000	172,00
		хлеб пшеничный	0,014	440	6,16
		молоко	0,011	460	5,06
		соль йодированная	0,0005	100	0,05
		сухари панировочные	0,005	1500	7,50
		морковь	0,01	250	2,50
		лук репчатый	0,015	250	3,75
		мука пшеничная	0,005	380	1,90
		томат паста	0,004	1000	4,00
		сахар песок	0,0015	490	0,74
		масло сливочное	0,002	1900	3,80
		масло растительное	0,012	990	11,88
Гарнир: картофельное пюре	150	картофель	0,125	250	31,25
		молоко	0,014	460	6,44
		масло сливочное	0,0053	1900	10,07
Салат из моркови с чесноком	60	соль йодированная	0,0005	100	0,05
		морковь	0,054	250	13,50
		масло растительное	0,003	990	2,97
		чеснок	0,002	1800	3,60
хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	0,02	440	8,80
сок	200	сок	0,2	600	120,00
Калорийность	798,5				
Итого:			0,7103		465,38



Вторник  
7 день

Наименование блюдо	Выход блюда	Ингредиенты блюда	Кол-во	Средняя цена	Сумма
	11-18лет		(г) 11-18лет		
Суп картофельный с рисовой крупой с мясом	250	крупя рисовая	0,015	610	9,15
		картофель	0,1	250	25,00
		фарш мясной	0,03	3360	100,80
		лук репчатый	0,01	250	2,50
		масло сливочное	0,002	1900	3,80
		соль йодированная	0,0005	100	0,05
		томат паста	0,004	1000	4,00
		масло растительное	0,002	990	1,98
		приправа (зелень сухая)	0,001	5000	5,00
Макароны с сыром	200	морковь	0,01	250	2,50
		сыр	0,022	3000	66,00
		макаронные изделия	0,044	480	21,12
		соль йодированная	0,0005	100	0,05
хлеб пшеничный	40	масло сливочное	0,005	1900	9,50
		хлеб пшеничный	0,02	440	8,80
Компот	200	смесь сухофруктов	0,015	1300	19,50
		сахар	0,015	490	7,35
		лимонная кислота	0,0005	1000	0,50
Фрукты-груша	250	фрукты	0,25	1000	250,00
Калорийность	839,25				
Итого:			0,5465		537,60

Среда  
8 день

Наименование блюдо	Выход блюда	Ингредиенты блюда	Кол-во	Средняя цена	Сумма
	11-18лет		(г) 11-18лет		
Борщ со сметаной на костном бульоне	250	картофель	0,065	250	16,25
		морковь	0,008	250	2,00
		соль	0,0005	100	0,05
		лук репчатый	0,007	250	1,75
		масло сливочное	0,003	1900	5,70
		томат паста	0,003	1000	3,00
		масло растительное	0,003	990	2,97
		свекла	0,015	320	4,80
		сметана 15%	0,01	1800	18,00
		сахар песок	0,001	490	0,49
		приправа (зелень сухая)	0,001	5000	5,00
		капуста белокочанная свежая	0,035	380	13,30
		Зразы, рубленые с яйцом и луком	90	мясо говядина	0,102
молоко	0,011			460	5,06
масло растительное	0,008			990	7,92
хлеб пшеничный	0,008			440	3,52
лук репчатый	0,031			250	7,75
яйцо (1яйцо-60гр.)	0,0125			67	0,84
соль	0,0005			100	0,05
Гарнир: каша перловая	150	сухари панировочные	0,006	1500	9,00
		крупя перловая	0,0333	290	9,66
		масло сливочное	0,006	1900	11,40
Хлеб пшеничный	40	соль йодированная	0,0005	100	0,05
		хлеб пшеничный	0,02	440	8,80
Кисель	200	кисель концентрат	0,04	1000	40,00
Калорийность	696	Итого:	0,4303		520,07



Пятница  
день

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Ингредиенты блюда	Кол-во (г)	Средняя цена	Сумма
	11-18лет		11-18лет		
Суп харчо на костном бульоне	250	крупа рисовая	0,024	610	14,64
		лук репчатый	0,005	250	1,25
		масло сливочное	0,001	1900	1,90
		томат паста	0,006	1000	6,00
		соль	0,001	100	0,10
		чеснок	0,003	1800	5,40
Буляш из мяса кур	90/50	филе куриное	0,091	1900	172,90
		лук	0,014	250	3,50
		мука пшеничная	0,003	380	1,14
		масло растительное	0,008	990	7,92
		соль	0,0005	100	0,05
		приправа (зелень сухая)	0,001	5000	5,00
		томат паста	0,003	1000	3,00
		масло сливочное	0,0063	1900	11,97
Паринр: каша ячневая	150	масло сливочное	0,0385	300	11,55
		крупа ячневая	0,02	440	8,80
Хлеб пшеничный	37,5	хлеб пшеничный	0,1	460	46,00
Сакао с молоком	200	молоко	0,01	490	4,90
		сахар	0,004	3000	12,00
		какао			
Калорийность	666,5		0,3393		318,02
Итого:					

П-неделя  
Понедельник  
день

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Ингредиенты блюда	Кол-во (г)	Средняя цена	Сумма
	11-18лет		11-18лет		
Суп лапша по домашнему на костном бульоне	250	лапша яичная	0,0282	1350	38,07
		морковь	0,0168	250	4,20
		соль	0,0005	100	0,05
		масло растительное	0,003	990	2,97
		масло сливочное	0,0063	1900	11,97
		масло сливочное	0,122	3360	409,92
Блюв из мяса и риса	200	мясо говядины	0,122	3360	409,92
		лук репчатый	0,008	250	2,00
		масло растительное	0,0083	990	8,22
		масло растительное	0,055	610	33,55
		крупа рисовая	0,0005	100	0,05
		соль йодированная	0,001	5000	5,00
		приправа (зелень сухая)	0,025	250	6,25
		морковь	0,025	2000	50,00
мед	25	мед пчелиный	0,02	440	8,80
Хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	0,002	3500	7,00
чай черный	200	чай			
Калорийность	682		0,3216		588,05
Итого:					



Четверг  
9 день

Наименование блюд	Выход блюд 11-18лет	Ингредиенты блюд	Кол-во (г)	Средняя цена	Сумма
Суп лапша по казахски Кеспе	250	мясо говядина	0,15	3360	504,00
		зелень сухая	0,001	5000	5,00
		морковь	0,02	250	5,00
		соль йодированная	0,0005	100	0,05
		лапша яичная	0,0282	1350	38,07
		лук репчатый	0,015	250	3,75
		масло растительное	0,004	990	3,96
Гарнир: каша гречневая с маслом	150	соль йодированная	0,0005	100	0,05
		крупа гречневая	0,0486	600	29,16
		масло сливочное	0,0063	1900	11,97
хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	0,02	440	8,80
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	цикорий	0,004	5000	20,00
		молоко	0,1	460	46,00
		сахар	0,01	490	4,90
Калорийность	956				
Итого:			0,4081		680,71

Пятница  
10 день

Наименование блюд	Выход блюд (г)	Ингредиенты блюд	Кол-во (г)	Средняя цена	Сумма		
	11-18лет						
Рассольник со сметаной на костном бульоне	250	огурцы консервированные	0,015	1300	19,50		
		картофель	0,07	250	17,50		
		морковь	0,015	250	3,75		
		лук репчатый	0,008	250	2,00		
		крупа перловая	0,011	290	3,19		
		соль йодированная	0,0005	100	0,05		
		сметана 15%	0,01	1800	18,00		
		томат паста	0,005	1000	5,00		
		масло сливочное	0,004	1900	7,60		
		зелень сухая	0,001	5000	5,00		
		масло растительное	0,005	990	4,95		
Биточки мясные с красным основным соусом	90/50	мясо говядина	0,161	3360	540,96		
		хлеб пшеничный	0,014	440	6,16		
		молоко	0,011	460	5,06		
		сухари панировочные	0,005	1500	7,50		
		лук репчатый	0,0144	250	3,60		
		морковь	0,01	250	2,50		
		мука пшеничная	0,005	380	1,90		
		томат паста	0,004	1000	4,00		
		сахар	0,0015	490	0,74		
		масло растительное	0,009	990	8,91		
		масло сливочное	0,002	1900	3,80		
		Гарнир: рис отварной	150	крупа рисовая	0,036	610	21,96
				масло сливочное	0,006	1900	11,40
хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	0,02	440	8,80		
Чай сладкий	200	чай	0,002	3500	7,00		
		сахар	0,01	490	4,90		
Калорийность	636						
Итого:			0,4554		725,73		

7% учащихся

Итого за 20 дней на 1уч. 11083,70  
Итого за 1 день на 1уч. 554,19