Приложение 1

Утверждаю
Руководитель ГУ «_____»
ФИО _____
«_____» _____2021 год

П Е Р С П Е К Т И В Н О Е
(рекомендуемое)
двухнедельное меню блюд
для организации питания учащихся начальных классов
в общеобразовательных школах
за счет бюджетных средств на 2021 год

1 неделя
1 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Тефтели из говядины	60	м.говядина	40
		хлеб пшен	10
		молоко	10
		лук	24
		м.слив	4
		м.растит	3
		мука	5,4
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	гречка	48
		м.сливочн	4
Молоко с медом	200/10	Молоко	200
		Мед	10
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20

2 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Салат свекольный	30	свекла	45
		м.растит	8
Куры отварные	60	куры	120
		лук	3

Гарнир: перловка	100	перловка	36
		М.сливочное	4
Компот из с/фруктов	200	сахар	20
		сухофрукты	20
		Аскорбинка	0,0007
Фрукты	200	яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20

3 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Котлеты из говядины	60/5	м.говяд	60
		хлеб пшен	14
		молоко	19
		сухари	8
		м.слив	6
		м.растит	5
Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100	рис	20
		м.сливочн	5
		молоко	8
		картофель	57
Кефир	200	кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20

4 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Тефтели из судака	60	судак	89
		хлеб пшен	11
		молоко	16
		лук	13
		м.слив	4
		м.растит	5
		мука	6
Гарнир: овощи в	75/26	молоко	10

молочном соусе		м.сливочн	1
		картоф	20
		капуста	19
		сахар	1
		лук	9
		мука	1
		зеленый горошек	12
Кисель с витамином С	200/10	кисель	24
		сахар	10
		кислота лимонная	0,0002
		Витамин С порошок	0,00007
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20
Фрукты	200	яблоко	200

5 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Мясо тушеное (курица)	60	курица	140
		томат	19
		лук	8
		м.слив	4
		м.растит	3
		мука	6
Гарнир: капуста тушеная	100	капуста	120
		м.растит	4
		сахар	3
		морковь	3
		лук	5
		мука	1
		томат	9
Сок натуральный	200	сок	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20

2 неделя

1 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Плов (курица)	120/50	курица	85
		рис	50
		молоко	10
		лук	10
		морковь	14
		м.растит	10
		томат	5
Сузбеше	45	сузбеше	45
Чай с медом	200/10	Чай	200
		Мед	10
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20

2 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Салат витаминный	30	капуста	8
		морковь	6
		яблоко	8
		зелень	2
		лимон для сока	2
		м.растит	5
Зразы рубленные	60	говядина	120
		яйца	
		м.растит	
		зелень	
		сухари	
		хлеб пшеничн	
		молоко	
		лук	3
Гарнир: перловка	100	перловка	36
		м.сливочное	4
Сок натур	200	сок	200
Фрукты	200	яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20

3 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Салат свекольный с сыром	30	свекла	28
		м.растит	8
		сыр твердый	10
Мясо тушеное	60	м.говяд	130
		лук	8
		мука	6
		томат	10
		м.растит	3
Гарнир: капуста тушеная	100	капуста	20
		сахар	5
		морковь	8
		мука	
		томат	
		лук	
		м растит	57
Кисель с вит С	200	кисель	24
		сахар	10
		кислота лимонная	0,0002
		Вит С порошок	0,00007
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20

4 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Салат из моркови	30	морковь	32
		м.растит	6
		сахар	4
Котлеты рыбные	60	судак	89
		хлеб пшен	15
		молоко	20
		м.растит	11
		сухари	7
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	молоко	10
		м.сливочн	1

		картоф	20
		капуста	19
		сахар	1
		лук	9
		морковь	19
		мука	1
		зеленый горошек	12
Компот из с/фруктов с вит С	200/10	с/фрукты	15
		сахар	20
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20
Фрукты	200	яблоко	200

5 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	ингредиенты	Брутто,г
Салат из свежих овощей	30	капуста	20
		морковь	9
		м.растит	4
Куры отварные	60	курица	145
		лук	3
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	гречка	48
		м.сливочн	4
Молоко	200	молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	хлеб ржано-пшеничный	20