

"УТВЕРЖДАЮ"
 Руководитель ГУ
 акцидента Костанайской области
 " 6 " *август* 2011 г.



4-недельное меню для организации питания учащихся общеобразовательных организаций образовательного учреждения

		Выход	6-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
			Брутто,г	Брутто,г	Брутто,г	Брутто,г		
домашняя лапша с говядиной	концентрированная пшеничная мука	200-250	12	250-300	17	250-300	20	
	яйцо		5		15		15	
	вода		3		3		3	
	йодированная соль		1		1,5		2	
	лук		9		10		11	
	сливочное масло		4		5		6	
	говядина		40		50		60	
мясные тефтели	говядина	80-150	80	100-180	90	100-180	90	
	хлеб пшеничный		5		8		11	
	молоко		23		24		25	
	лук		25		31		32	
	растительное масло		4		6		6	
	концентрированная пшеничная мука		3		3		5	
Гарнир: гречневая крупа рассыпчатая	крупа гречневая	100-150	43	150-180	62	150-180	71	
	сливочное масло		5		6		8	
компот	сухофрукты	200	2	200	2	200	2	
	сахар		5		6		8	
мед	мед	10	10	10	10	10		
молоко	молоко	150	150	150	150	150		
ржано-пшеничный хлеб	ржано-пшеничный хлеб	20	20	35	35	40	40	
Рисовый суп	рис	200-250	20	250-300	23	250-300	25	
	морковь		11		13		14	
	картофель		30		30		30	
	лук		9		10		11	
	растительное масло		3		5		5	
	говядина		20		30		30	
	бульон		200		230		251	
салат из свежих овощей с сыром	капуста белокочанная	60-100	30	100-150	34	100-150	35	
	сыр		10		15		15	
	морковь		18		24		30	
	растительное масло		4		5		6	
жаркое с курицей	мясо курицы	150-200	140	200-250	165	200-250	200	
	картофель		63		71		82	
	лук		8		10		11	
	йодированная соль		1		1,5		2	
	томатная паста		8		8		8	
	растительное масло		5		6		7	
кисель из шиповника	сушеные плоды шиповника	200	1,5	200	1,5	200	1,5	
	сахар		9		9		9	
	картофельный крахмал		10		10		10	
	лимонная кислота		1		1		1	
	вода		218		218		218	
Сузбеше	Сузбеше	125	125	125	125	125		
Яблоко	яблоко	250	250	250	250	250		
ржано-пшеничный хлеб	ржано-пшеничный хлеб	20	20	35	35	40	40	
Рассольник	картофель	200-250	40	250-300	50	250-300	60	
	перловая крупа		16		25		30	
	лук		10		10		11	
	соленые огурцы		14		16		17	
	растительное масло		4		5		5	
	говядина		20		20		30	
	бульон		140		161		175	
Тушеное мясо (говядина)	говядина	80-150	40	100-180	50	100-180	60	
	морковь		8		9		10	
	лук		8		9		10	
	растительное масло		5		6		7	
	томатная паста		19		21		24	
	йодированная соль		1		1,5		2	
	концентрированная пшеничная мука		3		3		4	
Гарнир: капуста тушеная	капуста белокочанная	100-150	100	150-180	110	150-180	130	
	растительное масло		4		5		5	
	морковь		4		4		4	
	лук		5		7		7	