

Ежедневная Меню раскладка ООШ № 1 п.Аршалы 02.09.24

ИП ЕНсебаев А.А. [Signature]

Директор школы Мухамедина А.М. [Signature]


Повар [Signature]

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
гуляш (говядина)	75	75	100	говядина (лопаточно-грудная часть)	18,51	0,107
				морковь	1,73	0,010
				лук репчатый	1,21	0,007
				масло растительное	1,21	0,007
				томатная паста	2,60	0,015
				мука пшеничная 1 сорт	0,87	0,005
				соль йодированная	0,17	0,001
				масло сливочное	0,87	0,005
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	130	150	гречка	8,30	0,048
				соль йодированная	0,17	0,001
				яблоко и груша	3,46	0,02
компот из смеси сухофруктов	200	200	200	сахар	3,46	0,02
				кислота лимонная	0,17	0,001
				хлеб ржаной-пшеничный	3,46	0,020
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40			

Ежедневная Меню раскладка ООШ № 1 п.Аршалы 03.09.24г.

ИП ЕНсебаев А.А. 

Директор школы

Мухамедина А.М. 

Повар 

салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	100	помидоры свежие	5,02	0,029
				огурцы свежие	3,98	0,023
				лук репчатый	1,21	0,007
				соль йодированная	0,17	0,001
				масло растительное	0,52	0,003
жаркое по-домашнему из птицы	200	200	250	курица(бедренная и берцовая кость с прилегающей к ней мякотью)	27,68	0,160
				масло растительное	0,87	0,005
				картофель	18,51	0,107
				морковь	3,81	0,022
				лук репчатый	2,08	0,012
				томатная паста	1,04	0,006
				мука пшеничная 1 сорт	0,35	0,002
				соль йодированная	0,17	0,001
кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	200	200	кисель из концентрата	1,38	0,008
				сахар	2,08	0,012
				кислота лимонная	0,17	0,001
яблоко	100	100	100	яблоко	17,30	0,100
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,46	0,020

Ежедневная Меню раскладка ООШ № 1 п.Аршалы 4.09.24г.

ИП ЕНсебаев А.А. [Signature] Директор школы Мұхамедина А.М. [Signature] Повар [Signature]

тефтели мясные (духовые)\ соус красный основной	60\20	90\20	120\20	говядина (котлетное мясо)	9,00	0,052
				крупа рисовая	0,87	0,005
				лук репчатый	3,63	0,021
				масло растительное	1,38	0,008
				мука пшеничная I сорт	0,69	0,004
				соль йодированная	0,17	0,001
				соус красный основной	3,46	0,02
гарнир: макароны\отварные с маслом сливочным	100	130	150	макароны	6,06	0,035
				масло сливочное	0,87	0,005
				соль йодированная	0,17	0,001
мед	10	10	10	мед	1,73	0,01
чай с молоком и сахаром	200	200	200	чай высшего сорта	0,17	0,001
				сахар	2,60	0,015
				молоко 2,5%	8,65	0,050
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,46	0,020

5.09.24

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
салат из моркови с сыром	60	100	100	морковь	11,44	0,065
				сыр твердый	0,53	0,003
				масло растительное	1,06	0,006
Суп с фрикадельками из говядины	200\35	250\35	250\35	говядина (котлетное мясо)	13,55	0,077
				лук репчатый	1,06	0,006
				яйцо 1 категории	0,70	0,004
				крупа рисовая	2,11	0,012
				морковь	1,76	0,010
				лук репчатый	1,58	0,009
				масло растительное	0,35	0,002
				соль йодированная	0,18	0,001
масло сливочное	20	20	20	масло сливочное	3,52	0,020
сыр порциями	20	20	20	сыр твердый	3,52	0,020
сок фруктовый	200	200	200	сок фруктовый	35,20	0,200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,52	0,020

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
котлеты мясные (духовые)\соус красный основной	50\20	75\20	100\20	говядина (котлетное мясо)	8,80	0,05
				хлеб пшеничный из муки I сорта	1,58	0,009
				молоко 2,5%	2,11	0,012
				сахари	0,88	0,005
				масло растительное	0,53	0,003
				соль йодированная	0,18	0,001
				соус красный основной	3,52	0,02
гарнир: картофельное пюре \масло сливочное	100	130	150	картофель	20,59	0,117
				молоко 2,5%	2,82	0,016
				маргарин сливочный	0,35	0,002
				соль йодированная	0,18	0,001
				масло сливочное	0,88	0,005
чай черный с сахаром	200	200	200	чай высшего сорта	0,18	0,001
				сахар	2,64	0,015
ватрушка с творогом	60	80	80	мука пшеничная в/с	5,81	0,033
				сахар	0,53	0,003
				масло сливочное	0,35	0,002
				яйцо I категории	0,35	0,002
				соль йодированная	0,18	0,001
				Дрожжи прессованные	0,18	0,001
				творог	4,93	0,028
				ванилин	0,05	0,0003
масло растительное	0,18	0,001				
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,52	0,020

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
салат из моркови с сыром	60	100	100	морковь	11,44	0,065
				сыр твердый	0,53	0,003
				масло растительное	1,06	0,006
плов(говядина)	200	200	250	говядина (тазобедренной части)	26,40	0,150
				крупа рисовая	7,57	0,043
				масло растительное	2,29	0,013
				лук репчатый	2,82	0,016
				морковь	2,29	0,013
				томатная паста	1,76	0,010
				соль йодированная	0,18	0,001
чай черный с сахаром	200	200	200	чай высшего сорта	0,18	0,001
				сахар	2,64	0,015
яблоко	100	100	100	яблоко	17,60	0,100
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,52	0,020

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	100	помидоры свежие	5,10	0,029
				огурцы свежие	4,05	0,023
				лук репчатый	1,23	0,007
				соль йодированная	0,18	0,001
				масло растительное	0,53	0,003
рагу из птицы	200	200	250	курица(бедренная и берцовая кость с прилегающей к ней мякотью)	28,16	0,160
				масло растительное	0,88	0,005
				картофель	18,83	0,107
				морковь	3,87	0,022
				лук репчатый	2,11	0,012
				томатная паста	1,06	0,006
				мука пшеничная 1 сорт	0,35	0,002
				соль йодированная	0,18	0,001
компот из смеси сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	3,52	0,02
				сахар	3,52	0,02
				кислота лимонная	0,18	0,001
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,52	0,020

11.09.24

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
КОТЛЕТЫ мясные(духовые)\соус красный основной	50\20	75\20	100\20	говядина (котлетное мясо)	8,80	0,05
				хлеб пшеничный из муки 1 сорта	1,58	0,009
				молоко 2,5%	2,11	0,012
				сухари	0,88	0,005
				масло растительное	0,53	0,003
				соль йодированная	0,18	0,001
				соус красный основной	3,52	0,02
гарнир: рис рассыпчатый	100	130	150	крупа рисовая	6,34	0,036
				масло сливочное	0,88	0,005
				соль йодированная	0,18	0,001
мед	10	10	10	мед	1,76	0,010
чай с лимоном и сахаром	200	200	200	чай высшего сорта	0,18	0,001
				сахар	2,64	0,015
				лимон	1,41	0,008
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,52	0,020

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
салат из белокочанной капусты	60	100	100	капуста белокочанная	10,38	0,059
				морковь	1,41	0,008
				масло растительное	0,53	0,003
				соль йодированная	0,18	0,001
				сахар	0,53	0,003
уха из горбуши	200	250	250	горбуша	11,44	0,065
				крупа пшено	0,88	0,005
				лук репчатый	2,99	0,017
				картофель	8,62	0,049
				соль йодированная	0,18	0,001
масло сливочное	20	20	20	масло сливочное	3,52	0,020
сыр порциями	20	20	20	сыр твердый	3,52	0,020
сок фруктовый	200	200	200	сок фруктовый	35,20	0,200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,52	0,020

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
биточки мясные (духовые)\соус красный основной	50\20	75\20	100\20	говядина (котлетное мясо)	8,80	0,05
				хлеб пшеничный из муки 1 сорта	1,58	0,009
				молоко 2,5%	2,11	0,012
				сухари	0,88	0,005
				масло растительное	0,53	0,003
				соль йодированная	0,18	0,001
				соус красный основной	3,52	0,02
гарнир: макаронь\отварные с маслом сливочным	100	130	150	макаронь	6,16	0,035
				масло сливочное	0,88	0,005
				соль йодированная	0,18	0,001
кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	200	200	кисель из концентрата	1,41	0,008
				сахар	2,11	0,012
				кислота лимонная	0,18	0,001
сузбеше\творог	100	100	100	сузбеше\творог	17,60	0,100
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,52	0,020

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	итого Брутто	Брутто, г 7-11 лет
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет			
салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	100	помидоры свежие	5,10	0,029
				огурцы свежие	4,05	0,023
				лук репчатый	1,23	0,007
				соль йодированная	0,18	0,001
				масло растительное	0,53	0,003
рагу из птицы	200	200	250	курица(бедренная и берцовая кость с прилегающей к ней мякотью)	28,16	0,160
				масло растительное	0,88	0,005
				картофель	18,83	0,107
				морковь	3,87	0,022
				лук репчатый	2,11	0,012
				томатная паста	1,06	0,006
				мука пшеничная 1 сорт	0,35	0,002
				соль йодированная	0,18	0,001
компот из смеси сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	3,52	0,02
				сахар	3,52	0,02
				кислота лимонная	0,18	0,001
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	3,52	0,020