Утверждаю
Директор КГУ «Гимназия имени С.Сейфуллина» отдела образовния Города Сатпаев Управления образования области Ұлытау
_____А.А.Нургазинова
«31» __08_____2026 год

Типовое перспективное школьное меню
Сезон лето-осень

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Нетто,г			Сумма
	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет
1 неделя											
1-й день											
Нарезка из помидоров, огурцов и сыра	60	80	100	помидоры свежие	30	40	50	25	35	45	
				огурцы свежий	30	40	50	25	35	45	
				сыр твердый	10	10	10	10	10	10	
Плов из птицы	200	220	250	филе курицы	85	98	105	79	83	99	
				рис	45	50	55	45	50	55	
				масло растительное	5	5	7	5	45	7	
				морковь	30	34	40	26	29	33	
				лук репчатый	17	20	25	12	17	21	
				йодированная соль	0,1	0,2	0,3	0,1	0,2	0,3	
Чай каркаде	200	200	200	каркаде	0,1	0,1	0,1	50	50	50	
				сахар	3	3	3	3	3	3	
Яблоки	120	120	120	яблоко	150	150	150	120	120	120	
Хлеб ржано-пшеничный\ пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50	30	50	50	
2-й день											
Салат витаминный	60	80	100	капуста белокочанная	49	63	70	35	45	50	
				морковь	21	27	30,0	16	21	23,0	
				яблоки свежие	21	27	30,0	15	19	21,0	

				масло растительное	4,0	4,5	5,0	4,0	4,5	5,0		
				йодированная соль	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Котлеты из говядины	70	90	100	говядина мякоть	80	90	100	75	85	90		
				пшеничный хлеб	7	12	15,0	7	12	15,0		
				яйцо куриное	5	5	5,0	5	5	5,0		
				лук репчатый	7	12	15	5	10	12,0		
				масло растительное	2,0	3,0	3,0	2,0	3,0	3,0		
				йодированная соль	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2		
Соус сметанный	20	20	20	сметана	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0		
				мука 1 сорт	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0		
				масло сливочное	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0		
Макароны отварные	130	150	180	макароны	46	53	63	46	53	63		
				йодированная соль	0,1	0,2	0,3	0,1	0,2	0,3		
				масло сливочное	5	5	5	5	5	5		
Компот из сухофрукто в с сахаром	200	200	200	сухофрукты	20	20	20	20	20	20		
				сахар	3	3	3	3	3	3		
Хлеб ржано-пшеничный\ пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50	30	50	50		
3-й день												
Куриная грудка с овощами	70	90	100	филе курицы	76	80	80	70	75	75		
				морковь	20	23	25	16	19	20		
				лук репчатый	15	18	20	12	15	17		
				томатная паста	3	3	3	3	3	3		
				сладкий перец	20	23	25	17	19	20		
				масло сливочное	3	3	0	3	3	3		
				йодированная соль	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3		
Гречка рассыпчатая	130	150	180	гречневая крупа	54,0	63,0	75,0	54,0	63,0	75,0		
				масло сливочное	3	5	7	3	5	7		
				йодированная соль	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2		
Какао с молоком	200	200	200	какао-порошок	7	7	7	7	7	7		
				молоко	180	180	180	180	180	180		
				сахар	3	3	3	3	3	3		

Яблоки	120	120	120	яблоко	150	150	150	120	120	120	
Хлеб ржано-пшеничный\ пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50	30	50	50	
4-й день											
Биточки рыбные	70	90	100	филе минтая	80	98	105	74	75	98	
				лук репчатый	6	10	10	5	8	10	
				сухари панировочные	13	15	20	13	15	20	
				яйцо куриное	5	5	7	5	5	7	
				йодированная соль	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	
				масло растительное	1	3	1	1	3	1	
Соус молочно-томатный	20	20	20	молоко	10	10	10	10	10	10	
				мука 1сорт	3	3	3	3	3	3	
				масло сливочное	3	3	3	3	3	3	
				томатная паста	3	3	3	3	3	3	
Картофельно-морковное пюре	130	150	180	картофель	140	144	150	93	108	111	
				морковь	55	75	90	48	57	63	
				молоко	40	15	25	40	15	25	
				масло сливочное	8	8	8	8	8	8	
				йодированная соль	0,2	0,2	0,3	0,2	0,3	0,3	
Подгарнировка	20	25	30	горошек зеленный замороженный	22,0	27,0	32,0	20,0	25,0	30,0	
Напиток лимонный	200	200	200	лимон	20	20	20	20	20	20	
				сахар	8	8	8	8	8	8	
Хлеб ржано-пшеничный\ пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50	30	50	50	
5-й день											
Борщ с мясом	200	250	300	говядина мякоть	50	65	80	47	58	69	
				свекла	40	50	60	32	40	48	
				капуста белокочанная	20	25	30	16	20	24	
				картофель	21	26	32	16	20	24	
				морковь	10	12	15	8	10	12	
				лук репчатый	9	12	14	8	10	12	
				томатная паста	6	7	8	6	7	8	

				масло растительное	3	4	5	5	5	7		
				йодированная соль	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3		
булочка бутербродная с сыром	50	50	50	мука пшеничная высшего сорта	30	30	30	30	30	30		
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	2	2	2	2	2	2		
				сахар	4	4	4	4	4	4		
				масло сливочное	1	1	1	1	1	1		
				яйцо	5	5	5	5	5	5		
				молоко 2,5%	9	9	9	9	9	9		
				сыр твердый	13	13	13	13	13	13		
				дрожжи прессованные	1	1	1	0	1	1		
				соль йодированная	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2		
				ванилин	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03		
				яйцо	1	1	1	1	1	1		
Компот из свежих яблок	200	200	200	яблоки свежие	143	143	143	100	100	100		
				сахар	3	3	3	3	3	3		
Хлеб ржано-пшеничный\ пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50	30	50	50		