

«Согласовано»

Руководитель «Городского отдела  
образования» города Жанаозен

*Жумалиев Т.К.*

«07/09/2018» 2018 года

«Утверждаю»

Директор КГУ «Средней школы №15»  
ақпаратта қорғау Жанаозен

Сарсенгалдиев С.С.

«07/09/2018» 2018 года



*Двухнедельное меню  
для организации питания учащихся  
в образовательных организациях города Жанаозен  
на 2018 год (зима – весна)*

Меню-ая неделя День -1

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте				Состав . основные ингредиенты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	11-18 лет	
1	Каша пшеничная молочная	200г	200-250г	250-300г	11-18 лет	Пшено,молоко 3,2%, сливочное молоко,с оль,сахар
2	Печенье	40г	40г	40г		Печенье
3	Молоко 2,5 %	180	200г	200г	200г	2,5%
4	Мед	10г	10г	10г	10г	Мед натуральный стыхах 10гр
5	Хлеб	80гр	100г	100г	100г	Пшеничная мука ,соль,сахар ,масло,вода

1-ая неделя День -2

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте				Состав :оснавные ингредиенты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	11-18 лет	
1	Котлеты с соусом	80г	80-120г	100-120г	11-18 лет	Фарш говяжий,соль,вода,пшеничная мука,перец,лук,растительное масло,укроп
2	Гарнир: Макарон	130г	150г	150г	180г	Макарон,сливочное масло,вода,соль
3	Хлеб	80г	100г	100г	100г	Пшеничная мука,соль,сахар,масло, вода,
4	Компот из сухопродуктов	180г	200г	200г	200г	Сухопродукт

1-ая неделя День -3

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте				Состав :оснавные ингредиенты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	11-18 лет	
1	Рагу из говядины с овощами	230г	230-320г	320-350г	320-350г	Мясо говяжьеи, масло растительное масло,соль,перец,капуста,вода картофель , марковь
2	Кисель+ витамин С	180г+25гр	200+25г	200+25г	200+	Концентрат киселя,сахар,вода,витаминС
3	Фрукты	100г	150г	150г	150г	Яблоки
4	Хлеб	80г	100г	100г	100г	Пшеничная мука,дрожжи,соль,сахар,масло, вода,

1-ая неделя

День -4

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте			Состав :оснавные ингриденты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	
1	Биточки с соусом	80г	80-120г	100-120г	Фарш говяжий,хлеб,морковь,лук,томат, масло растительное ,вода,соль
2	Пюре картофельное	130г	150-200г	180-200г	Картофель отварное,сливочное масло,вода,соль
3	Салат из варенной свеклы	60г	60-100г	100-150г	Свекла свежая ,масло растительное ,соль
4	Хлеб	80г	100г	100г	Пшеничная мука,дрожжи,соль,сахар,масло, вода,
5	Чай сладкий	180 гр	200 гр	200 гр	Чай –заварка,сахар,вода

1-ая неделя

День -5

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте			Состав :оснавные ингриденты
		6-7лет	7-11 лет	11-18 лет	
1	Бутерброд с сыром на хлебе	50/10г	50/10г	80/20г	Хлеб,сыр
2	Суп крестьян-ский	200гр	200-250г	250-300г	Мясо говяжье,картофель,мор-ковь,лук,капуста,масло растительное,соль,томат,перец черный молотый,вода,крупа рисовая
3	Сок натураль-ный	180г	200г	200г	Сок натуральный разный
4	Хлеб	80г	100г	100г	Пшеничная мука,дрожжи соль,сахар,масло, вода,

2-ая неделя День -1

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте			Состав :оснавные ингредиенты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	
1	Каша рисовая молочная	200г	200/ 250г	250/ 300г	Рис ,молоко 3/2%, сливочные масло,соль,сахар
2	Бутерброд с сыром на хлебе	50/ 10г	50/ 10г	80/ 20г	Хлеб,сыр
3	Компот из сухопродуктов	180г	200г	200г	Сухопродукт,
4	Салат из моркови	60г	80г	80г	Морковь,масло растит.соль

2-ая неделя День -2

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте			Состав :оснавные ингредиенты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	
1	Поджарка (говядина)	80г	80-120г	100/ 120г	Фарш говяжий,соль,вода,пшеничная мука ,перец,лук,хлеб,томат,растит.маслоукроп.
2	Гарнир :гречка	130г	150г	180г	Гречка,сливочное масло,вода,соль
3	Хлеб	80 г	100г	100г	Пшеничная мука,сольсахар,масло,вода
4	Сок натуральный	180г	200г	200г	Сок натуральный
5	Мед	10г	10г	10г	Мед натуральный в стиках 10г

2-ая неделя День -3

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте			Состав :оснавные ингредиенты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	
1	Тефтели в соусе	80г	100г	100г	Мясо говяжье,картофель,морковь,лук,капуста,масло растительное,соль,томат,перец черный молотый вода
2	Гарнир. Макароны	150г	200г	230г	Макарон ,вода,соль,сливочное масло
3	Чай сладкий	180г	200г	200г	Чай-заварка,сахар, вода
4	Фрукты	100г	150г	150г	Яблоки
5	Хлеб	80г	100г	100г	Пшеничная мука,дрожжи,соль,сахар, масло,вода

2-ая неделя День -4

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте			Состав :оснавные ингредиенты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	
1	Сосиски по столичному (халал)	15г	20г	20г	Сосиска халал,масло растительное,соль
2	Пюре картофельное	130г	150-200г	180-200г	Картофель отварное ,масло сливочное, соль вода
3	Салат из свежих помидоров и огурцов	60г	80г	100г	Свежие огурцы,помидоры,масло растит,соль,перец
4	Молоко 2,5%	180г	200г	200г	Молоко 2,5%
5	Хлеб	80г	100г	100г	Пшеничная мука,дрожжи,соль,сахар, масло,вода

2-ая неделя День -5

№	Наименование блюда	Объем порций для детей в возрасте			Состав :оснавные ингредиенты
		6-7лет	7-11лет	11-18 лет	
1	Рыба(минтай) тушенная	80г	100г	100г	Рыба,соль,перец
2	Рис припущенный	150г	200г	230г	Рис ,масло сливочное, соль , вода
3	Салат из свежий капусты	60г	60-100г	100-150г	Свекла свежая,масло растит, соль
4	Кисель+витамин С	180г +25г	200г+25 г	200г+25г	Концентрат киселя,сахар, вода,витаминС
5	Хлеб	80г	100г	100г	Пшеничная мука,дрожжи,соль,сахар, масло,вода