


«Утверждаю»
Руководитель
КГУ «Лесная ОСШ»
отдела образования
Железинского района,
управления образования
Павлодарской области
Е.Н. Голубина
2022 год



«Согласовано»
Председатель
попечительского совета
Н.В. Капустинская
2022 год



«Утверждаю»
И.о. руководителя
«Отдела образования
Железинского района»
управления образования
Павлодарской области
Н.С. Капаров
2022 год

**КГУ «Лесная общеобразовательная средняя школа» отдела образования
Железинского района,
управления образования Павлодарской области**

Сезонное перспективное меню

(из расчета на 5 дней)

1-4 класс

на 2022-2023 учебный год

Питание на 1 ребенка составляет- 450 тенге в день

1 неделя, 1-ый день

Блюда / Меню	Выход гр.		Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	6-11 лет	11-18 лет		кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
	200	250	капуста	40	127	5,08	50	127	6,35
			томатная паста	5	750	3,75	7	750	5,25
			морковь	20	115	2,3	20	115	2,3
			лук репчатый	15	97	1,455	20	97	1,94
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			мясо кур	35	1100	38,5	40	1100	44
			картофель	50	121	6,05	50	121	6,05
			свекла		225	0	60	225	13,5
			сметана	10	1117	11,17	10	1117	11,17
Итого					72,085			94,34	
салат из моркови с маслом растительным	80	100	морковь	100	115	11,5	120	115	13,8
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
Итого					14,524			17,58	
плов (мясо кур)	250	300	куры	130	1100	143	160	1100	176
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			морковь	20	115	2,3	30	115	3,45
			лук репчатый	15	97	1,455	15	97	1,455
			рис	40	389	15,56	60	389	23,34
			масло сливочное	9	2514	22,626	12	2514	30,168
Итого					188,721			238,193	
мед пчелиный	5	5	мед пчелиный	5	1500	7,5	5	1500	7,5
компот из сухофруктов	200	200	сухофрукты	15	500	7,5	20	500	10
			сахар	15	281	4,215	15	281	4,215
Итого					19,215			21,715	
Итого				200	550	110	200	550	110
яблоко	200	200							
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
Итого						110			124,04
Итого						404,545			495,868
Итого стоимость						450,2			
Средняя стоимость									

1 неделя, 2-ой день

Ас маъри / Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Рассольник	200	250	крупа перловая	10	197	1,97	10	197	1,97
			картофель	60	121	7,26	100	121	12,1
			лук репчатый	15	97	1,455	20	97	1,94
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			морковь	20	115	2,3	30	115	3,45
			огурцы сол	25	800	20	30	800	24
			томатная паста	8	750	6	8	750	6
			говядина	31	2261	70,091	33	2261	74,613
			сметана	10	1117	11,17	10	1117	11,17
Итого					124,026			139,023	
Салат из свеклы с маслом растительным	60	100	свекла	80	225	18	120	225	27
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
Итого					21,024			30,78	
Жаркое по домашнему	220	250	говядина	80	2261	180,88	90	2261	203,49
			картофель	250	121	30,25	280	121	33,88
			лук репчатый	10	97	0,97	15	97	1,455
			морковь	20	115	2,3	20	115	2,3
			томатная паста	8	750	6	8	750	6
			масло сливочное	6	2514	15,084	8	2514	20,112
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
Итого					239,264			271,017	
мед пчелиный	10	10	мед пчелиный	10	1500	15	10	1500	15
Чай сладкий	200	200	чай	2	3610	7,22	2	3610	7,22
			сахар	15	281	4,215	15	281	4,215
Итого					26,435			26,435	
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
			Итого			7,02			14,04
Итого стоимость						417,7			481,2
Средняя стоимость							450		

1 неделя, 3-ий день

Ас маъри / Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
свекляльник на м/к бульоне	250	300	свекла	60	225	13,5	80	225	18
			картофель	60	121	7,26	80	121	9,68
			морковь	20	115	2,3	20	115	2,3
			лук репчатый	15	97	1,455	15	97	1,455
			масло растительное	5	756	3,78	6	756	4,536
			сметана	10	1117	11,17	10	1117	11,17
			бульон	140		0	173		0
			говядина	30	2261	67,83	30	2261	67,83
Итого					107,295			114,971	
салат из капусты с морковью и маслом растительным	60	100	морковь	10	115	1,15	20	115	2,3
			капуста	60	127	7,62	80	127	10,16
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
Итого					11,794			16,24	
котлета мясная	80	100	говядина	75	2261	169,575	85	2261	192,185
			томатная паста	3	121	0,363	5	121	0,605
			лук репчатый	15	97	1,455	15	97	1,455
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
гарнир макароны	120	150	макароны	40	300	12	60	300	18
			масло сливочное	6	2514	15,084	8	2514	20,112
Итого					202,257			236,137	
яблоко	150	150	яблоко	150	550	82,5	150	550	82,5
кисель	200	200	кисель	20	650	13	20	650	13
Итого					95,5			95,5	
хлеб ржано- пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
			Итого					7,02	
Итого стоимость						423,8			
Средняя стоимость						450			

1 неделя, 4-ый день

	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
суп харчо	200	250	рис	20	389	7,78	20	389	7,78
			лук репчатый	20	97	1,94	20	97	1,94
			морковь	20	115	2,3	20	115	2,3
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			томатная паста	8	750	6	8	750	6
			бульон	200		0	250		0
			говядина	40	2261	90,44	50	2261	113,05
итого					112,24			134,85	
салат морковный с маслом растительным	50	70	морковь	60	115	6,9	65	115	7,475
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
итого					9,924			11,255	
рыба припущенная с соусом	120	140	минтай	130	950	123,5	140	950	133
			лук репчатый	20	97	1,94	20	97	1,94
			сметана	10	1117	11,17	10	1117	11,17
			масло растительное	7	756	5,292	7	756	5,292
			мука пшеничная	5	182	0,91	5	182	0,91
			морковь	20	115	2,3	20	115	2,3
гарнир картофельное пюре	150	200	картофель	200	121	24,2	230	121	27,83
			молоко	30	293	8,79	30	293	8,79
			масло сливочное	10	2514	25,14	10	2514	25,14
итого					203,242			216,372	
сок натуральный	200	200	сок	200	480	96	200	480	96
итого					96			96	
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
итого					7,02			14,04	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						428			472
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ							450		

1 неделя, 5-ый день

Ас маірі / Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
шні из свежей капусты	200	250	капуста свежая	50	127	6,35	70	127	8,89
			картофель	50	121	6,05	55	121	6,655
			морковь	11	115	1,265	14	115	1,61
			лук репчатый	9	97	0,873	11	97	1,067
			томатная паста	3	750	2,25	3	750	2,25
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			бульон	160		0	200		0
			говядина	31	2261	70,091	33	2261	74,613
			сметана	10	1117	11,17	10	1117	11,17
			Итого			101,829			
салат свекольный с сыром с маслом растительным	60	100	свекла	60	225	13,5	120	225	27
			сыр	15	3200	48	15	3200	48
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
			Итого			64,524			78,78
гуляш гречневый гарнир	100/100	120/150	говядина	80	2261	180,88	90	2261	203,49
			гречневая крупа	40	511	20,44	50	511	25,55
			масло сливочное	6	2514	15,084	8	2514	20,112
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			лук репчатый	10	97	0,97	15	97	1,455
			морковь	10	115	1,15	10	115	1,15
			томатная паста	3	750	2,25	5	750	3,75
			Итого			224,554			259,287
компот из св яблок	10	10	яблоко	30	550	16,5	30	550	16,5
	200	200	сахар	15	281	4,215	15	281	4,215
			Итого			20,715			20,715
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
			Итого			7,02			14,04
						418,6	450		
Итого стоимость									
Средняя стоимость									

I неделя, 6-ой день

Ас маірі / Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
				кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Суп гречневый	200	250	крупа гречневая	8	511	4,088	10	511	5,11
			картофель	60	121	7,26	70	121	8,47
			морковь	15	115	1,725	15	115	1,725
			лук репчатый	15	97	1,455	15	97	1,455
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			бульон	200		0	251		0
			говядина	30	2261	67,83	30	2261	67,83
			итого			86,138			88,37
салат морковный с маслом растительным	60	100	морковь	70	115	8,05	100	115	11,5
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
			итого			11,074			15,28
котлета мясная	80	100	говядина	80	2261	180,88	85	2261	192,185
			томатная паста	3	750	2,25	5	750	3,75
			лук репчатый	10	97	0,97	15	97	1,455
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
гарнир капуста тушеная	120	150	капуста свежая	200	127	25,4	250	127	31,75
			масло сливочное	6	2514	15,084	8	2514	20,112
			лук репчатый	10	97	0,97	15	97	1,455
			паста томатная	3	750	2,25	5	750	3,75
			мука пшеничная	3	182	0,546	3	182	0,546
			морковь	10	115	1,15	15	115	1,725
			итого			233,28			260,508
яблоко	150	150	яблоко	150	550	82,5	150	550	82,5
Чай сладкий	200	200	чай	2	3610	7,22	2	3610	7,22
			сахар	10	281	2,81	10	281	2,81
			итого			92,53			92,53
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
			итого			7,02			14,04
ИТОГО СТОИМОСТЬ						430			471
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ							450		

1 неделя, 7-ой день

Ас мээірі / Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Суп овощной	200	250	капуста	50	127	6,35	70	127	8,89
			картофель	60	121	7,26	80	121	9,68
			морковь	15	115	1,725	15	115	1,725
			лук репчатый	15	97	1,455	15	97	1,455
			горошек консервный зеленый	9	900	8,1	11	900	9,9
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			бульон	151		0	190		0
			сметана	10	1117	11,17	10	1117	11,17
			говядина	31	2261	70,091	33	2261	74,613
			итого			109,931			121,213
салат свекольный с сыром с маслом растительным	70	100	свекла	80	225	18	115	225	25,875
			сыр	15	3200	48	15	3200	48
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
			итого			69,024			77,655
гуляш говяжий	80	100	мясо говяжья	80	2261	180,88	90	2261	203,49
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			лук репчатый	10	97	0,97	15	97	1,455
			морковь	15	115	1,725	20	115	2,3
			мука пшеничная	2,4	182	0,4368	3	182	0,546
гарнир пшеничная крупа	100	150	пшеничная крупа	40	150	6	60	150	9
			масло сливочное	6	2514	15,084	8	2514	20,112
			итого			208,8758			240,683
мед пчелиный	10	10	мед пчелиный	10	1500	15	10	1500	15
кисель	200	200	кисель	20	550	11	20	550	11
			итого			26			26
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
			итого			7,02			14,04
ИТОГО СТОИМОСТЬ						421			480
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ							450		

I неделя, 8-ой день

дс меню / Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
суп гороховый	200	250	горох	20	300	6	30	300	9
			картофель	60	121	7,26	80	121	9,68
			морковь	10	115	1,15	15	115	1,725
			лук репчатый	10	97	0,97	15	97	1,455
			куры	30	990	29,7	30	990	29,7
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			бульон	141		0	176		0
			итого			48,86			55,34
салат морковный с маслом растительным	60	100	морковь	70	115	8,05	130	115	14,95
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
			итого			11,074			18,73
чахохбили с картофелем	250	300	куры	130	990	128,7	160	990	158,4
			морковь	10	115	1,15	15	115	1,725
			лук репчатый	10	97	0,97	15	97	1,455
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			мука пшеничная	2,4	182	0,4368	3	182	0,546
			томатная паста	3	750	2,25	5	750	3,75
			чеснок	2	1000	2	5	1000	5
			масло сливочное	6	2514	15,084	8	2514	20,112
картофель	200	121	24,2	220	121	26,62			
			итого			178,571			221,388
сузбеш	100	100	творожок	100	1610	161	100	1610	161
компот из сухофруктов	200	200	сухофрукты	15	500	7,5	20	500	10
			сахар	10	281	2,81	10	281	2,81
			итого			171,31			173,81
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
			итого			7,02			14,04
ИТОГО СТОИМОСТЬ						417			483
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ							450		

1 неделя, 9-ый день

наименование / Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
суп соевый	200	250	свекла	80	225	18	100	225	22,5
			картофель	60	121	7,26	80	121	9,68
			морковь	20	115	2,3	30	115	3,45
			лук репчатый	20	97	1,94	30	97	2,91
			фасоль	10	700	7	10	700	7
			томатная паста	5	750	3,75	5	750	3,75
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			сметана	20	1117	22,34	20	1117	22,34
			яйцо	0,5	50	25	0,5	50	25
			говядина	33	2261	74,613	33	2261	74,613
итого					165,983			175,023	
салат витаминный с маслом растительным	60	100	капуста	30	127	3,81	50	127	6,35
			морковь	20	115	2,3	30	115	3,45
			яблоки	25	550	13,75	30	550	16,5
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
итого					22,884			30,08	
котлеты рыбные	75/5	95/5	минтай	140	950	133	150	950	142,5
			хлеб пшеничный	15	151	2,265	19	151	2,869
			лук репчатый	20	97	1,94	30	97	2,91
			молоко	30	244	7,32	30	244	7,32
			сухари	7	600	4,2	9	600	5,4
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
гарнир рис	100	150	рис	40	389	15,56	60	389	23,34
			масло сливочное	6	2514	15,084	8	2514	20,112
итого					183,149			208,231	
мед пчелиный	10	10	мед пчелиный	10	1500	15	10	1500	15
Чай с лимоном	200	200	чай	2	3610	7,22	2	3610	7,22
			лимон	20	1035	20,7	20	1035	20,7
			сахар	15	281	4,215	15	281	4,215
итого					47,135			47,135	
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
итого					7,02			14,04	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						426			475
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ							450		

1 неделя, 10-ый день

Ас маддир / Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
суп вермишелевый	200	250	вермишель	10	350	3,5	15	350	5,25
			морковь	20	115	2,3	30	115	3,45
			картофель	60	121	7,26	100	121	12,1
			лук репчатый	20	97	1,94	30	97	2,91
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			сметана	10	1117	11,17	10	1117	11,17
			говядина	31	2261	70,091	33	2261	74,613
			ИТОГО			100,041			113,273
салат свекловый в масле растительным	80	100	свекла	100	225	22,5	120	225	27
			лук репчатый	20	127	2,54	20	127	2,54
			масло растительное	4	756	3,024	5	756	3,78
			ИТОГО			28,064			33,32
азу	250	300	мясо говяжье	80	2261	180,88	90	2261	203,49
			масло растительное	5	756	3,78	5	756	3,78
			лук репчатый	20	97	1,94	30	97	2,91
			морковь	20	115	2,3	30	115	3,45
			томатная паста	10	750	7,5	10	750	7,5
			солёный огурец	30	700	21	30	700	21
			картофель	250	121	30,25	280	121	33,88
			масло сливочное	6	2514	15,084	8	2514	20,112
			ИТОГО			262,734			296,122
мед пчелиный	5	5	мед пчелиный	5	1500	7,5	5	1500	7,5
компот из сухофруктов	200	200	сухофрукты	20	500	10	20	500	10
			сахар	15	281	4,215	20	281	5,62
			ИТОГО			21,715			23,12
хлеб ржано-пшеничный	20	40		20	351	7,02	40	351	14,04
			ИТОГО			7,02			14,04
ИТОГО СТОИМОСТЬ						420			480
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ									480
									450