

Утверждаю  
Заведующая школьной столовой



АС МЭБІРІ (жаз-күз) МЕНЮ (лето-осень 4и/2д)

21.10.2025

| Тағамдардың атауы /<br>Наименование | Тағамның шығуы / Выход<br>блюда, г |                    |                    | Тағамның ингредиенттері /<br>Ингредиенты блюда | Нетто, г          |                    |                    |
|-------------------------------------|------------------------------------|--------------------|--------------------|------------------------------------------------|-------------------|--------------------|--------------------|
|                                     | 7-10 жас /<br>лет                  | 11-14 жас<br>/ лет | 15-18 жас<br>/ лет |                                                | 7-10 жас /<br>лет | 11-14 жас<br>/ лет | 15-18 жас<br>/ лет |
| Ленивые голубцы с говядиной         | 200                                | 220                | 250                | говядина                                       | 70                | 80                 | 90                 |
|                                     |                                    |                    |                    | масло сливочное                                | 3                 | 3                  | 5                  |
|                                     |                                    |                    |                    | капуста белокочанная                           | 112               | 125                | 140                |
|                                     |                                    |                    |                    | рис                                            | 8                 | 10                 | 10                 |
|                                     |                                    |                    |                    | мука пшеничная 1 сорт                          | 3                 | 3                  | 5                  |
|                                     |                                    |                    |                    | сметана                                        | 5                 | 10                 | 10                 |
|                                     |                                    |                    |                    | лук репчатый                                   | 9                 | 11                 | 11                 |
|                                     |                                    |                    |                    | томатная паста                                 | 3                 | 3                  | 3                  |
|                                     |                                    |                    |                    | морковь                                        | 17                | 20                 | 25                 |
|                                     |                                    |                    |                    | йодированная соль                              | 0,1               | 0,2                | 0,2                |
| Соус сметанный                      | 20                                 | 20                 | 20                 | сметана                                        | 10                | 10                 | 10                 |
|                                     |                                    |                    |                    | мука 1 сорт                                    | 2                 | 2                  | 2                  |
|                                     |                                    |                    |                    | масло сливочное                                | 2                 | 2                  | 2                  |
| Поджаренная горошек<br>зеленый      | 30                                 | 30                 | 30                 | горошек зеленый                                | 30                | 30                 | 30                 |
| Компот из свежих яблок с<br>изюмом  | 200                                | 200                | 200                | яблоки свежие                                  | 100               | 100                | 100                |
|                                     |                                    |                    |                    | изюм                                           | 5                 | 5                  | 5                  |
|                                     |                                    |                    |                    | сахар                                          | 3                 | 3                  | 3                  |
| Хлеб ржано-пшеничный                | 30                                 | 50                 | 50                 | хлеб ржано-пшеничный                           | 30                | 50                 | 50                 |

Асхана жетекшісі

Медбике

*С. Куличенко*  
*Г. Велесови*

