

документации по выбору поставщика услуги
по организации питания обучающихся в
организации среднего образования



«Согласовано»

Директор

Д.А.И. г. Алматы

Дермубетов Е.Е.

«1» января 2015 г.

«Согласовано»

Президент

Казахской академии питания

Шарманов Т.Ш.

«5» января 2015 г.

Руководитель Управления
образования г. Алматы
Шимашева Р.С.

«1» января 2015 г.



**Четырехнедельное меню блюд
для организации горячего питания учащихся 1-4 классов
в общеобразовательных организациях образования г. Алматы
на 2015 год за счет бюджетных средств**

I неделя

1 день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Биточки мясные (говядина)	50/5	говядины (котлетное мясо)	50	128,1
		хлеб пшеничный	9	
		молоко	12	
		сухари	5	
		масло растительное	3	
		масло сливочное	5	
Гарнир: перловка	75	перловка	27	9,7
		масло сливочное	3	
		бульон	55	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				269,4
Калорийность, ккал				600

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штучке в не распакованном виде.

Примечания:

- 1) Замена одних продуктов другими *строго запрещается*, поскольку в условиях г. Алматы любой продукт, указанный в меню в качестве ингредиента тех или иных блюд, доступен в течение всего учебного года.
- 2) Стоимость рациона рассчитывалась по розничным ценам продуктов питания в г. Алматы (по данным Агентства статистики города на 15 декабря 2014 г.) с учетом 12 % наценки (НДС) на школьное молоко, сузбеше, мед пчелиный «Алтайский», соки фруктовые натуральные, фрукты свежие (яблоки) и с учетом 20% наценки на остальные продукты (НДС и амортизационные расходы), определенные Управлением образования для организации питания учащихся за счет бюджетных средств из расчета 300 тенге/день.

Шарманов Т.Ш.
Шимашева Р.С.

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат с сыром	50	сыр	20	64,7
		огурцы свежие	28	
		масло растительное	8	
		петрушка	2	
Судак припущенный	75/50	судак (филе)	116	112,9
		лук репчатый	4	
		петрушка	5	
		соус белый основной	50	
		бульон	55	
		масло сливочное	3	
		мука пшеничная	3	
		лук репчатый	2	
Гарнир: пюре картофельное	75	картофель	86	21,2
		молоко	13	
		масло сливочное	5	
Кисель из плодов шиповника	200	плоды шиповника сушеные	8	42,7
		сахар	24	
		крахмал картофельный	10	
		кислота лимонная	0,3	
		вода	218	
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				298,2
Калорийность, ккал				582

Бер

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Творожная запеканка с маслом сливочным	100/16	творог	94	196,1
		крупа манная	7	
		сахар	7	
		яйца	3	
		масло растительное	4	
		масло сливочное	16	
		сахари	4	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				327,7
Калорийность, ккал				663

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штуке в не распакованном виде.



4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	помидоры свежие	24	23,6
		огурцы свежие	19	
		лук зеленый	6	
		масло растительное	10	
Тефтели мясные (говядина)	60	говядина (котлетное мясо)	52	127,6
		хлеб пшеничный	8	
		молоко	12	
		лук репчатый	24	
		масло растительное	3	
		мука пшеничная	4	
		масло сливочное	3	
Гарнир: рис припущенный	75	рис	28	14,5
		масло сливочное	3	
		бульон	55	
Сок мультивитаминный	200	сок мультивитаминный	200	60,5
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				282,9
Калорийность, ккал				617

Бер -

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Рагу (говядина)	140/60	говядина	96	198,6
		масло растительное	10	
		картофель	120	
		морковь	25	
		лук репчатый	12	
		мука пшеничная	3	
		помидоры свежие	12	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				330,2
Калорийность, ккал				598

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штуке в не распакованном виде.

Бер

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат свекольный с сыром	50	свекла	45	29,6
		сыр	8	
		масло растительное	8	
Поджарка (говядина)	50	говядина	107	199,9
		лук репчатый	24	
		масло растительное	7	
		помидоры свежие	10	
Гарнир: гречка рассыпчатая	75	крупа гречневая	37	15,4
		масло сливочное	3	
Кисель с витамином С	200	кисель	24	23,2
		сахар	10	
		кислота лимонная	0,2	
		вода	190	
		витамин С порошок	0,07	
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				324,8
Калорийность, ккал				700

Стоимость школьного завтрака в среднем за первую неделю = 305,53 тенге/день
 Калорийность завтрака = 627 ккал

II неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Гуляш (говядина)	50	говядина	107	198,8
		лук репчатый	18	
		масло растительное	5	
		помидоры свежие	12	
		мука пшеничная	4	
Гарнир: макароны отварные	75	макароны	26	11,8
		масло сливочное	3	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное ванильное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				342,2
Калорийность, ккал				601

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штуке в не распакованном виде.

Бер-

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат из белокочанной капусты	50	капуста белокочанная	49	7,6
		морковь	6	
		сахар	3	
		масло растительное	3	
Жаркое по-домашнему	200	говядина	72	160
		картофель	178	
		лук репчатый	16	
		помидоры свежие	12	
		масло растительное	7	
Кисель с витамином С	200	кисель	24	23,2
		сахар	10	
		кислота лимонная	0,2	
		вода	190	
		витамин С порошок	0,07	
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				247,5
Калорийность, ккал				523

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Зразы рубленые	70	говядина (котлетное мясо)	52	149,9
		хлеб пшеничный	8	
		молоко	11	
		лук репчатый	31	
		масло растительное	8	
		яйца	5	
		сухари	6	
		петрушка	3	
Гарнир: рис припущенный	75	рис	28	14,5
		масло сливочное	3	
		бульон	55	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				296
Калорийность, ккал				637

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штучке в не распакованном виде.

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат из свежих помидоров	50	помидоры свежие	36	24,2
		лук зеленый	13	
		масло растительное	10	
Судак тушеный	75/50	судак	99	91,3
		вода или бульон	27	
		морковь	23	
		петрушка	3	
		лук репчатый	10	
		помидоры свежие	10	
		масло растительное	5	
		сахар	2	
		соль	1	
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	морковь	20	19,3
		картофель	20	
		горошек зеленый консерв.	12	
		капуста белокочанная	20	
		соус молочный	26	
		молоко	10	
		масло сливочное	1	
		мука пшеничная	1	
		бульон или вода	10	
Сок персиковый	200	сок персиковый	200	60,5
		яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				252,02
Калорийность, ккал				510

5-й день

Наименование блюда	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Плов (говядина)	150/50	говядина	107	203,8
		крупа рисовая	51	
		масло растительное	8	
		лук репчатый	9	
		морковь	14	
		помидоры свежие	17	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				335,4
Калорийность, ккал				653

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штучке в не распакованном виде

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат из сырых овощей	50	помидоры свежие	15	19,1
		огурцы свежие	21	
		капуста белокочанная	14	
		масло растительное	10	
Мясо тушеное (говядина)	50	говядина	113	200,3
		морковь	5	
		лук репчатый	5	
		масло растительное	5	
		помидоры свежие	12	
		мука пшеничная	4	
Гарнир: капуста тушеная	75	капуста белокочанная	108	16,1
		масло растительное	3	
		морковь	2	
		лук репчатый	4	
		помидоры свежие	7	
		мука пшеничная	1	
		сахар	2	
		перец черный горошек	0,02	
		лавровый лист	0,008	
Кисель из плодов шиповника	200	плоды шиповника сушеные	8	41,5
		сахар	24	
		крахмал картофельный	10	
		кислота лимонная	0,3	
		вода	218	
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				333,7
Калорийность, ккал				596

Стоимость школьного завтрака в среднем за вторую неделю = 301,13 тенге/день
 Калорийность школьного завтрака = 587 ккал

III неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Творожная запеканка с маслом сливочным	100/16	творог	94	196,1
		крупа манная	7	
		сахар	7	
		яйца	3	
		масло растительное	4	
		масло сливочное	16	
		сухари	4	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				327,7
Калорийность, ккал				663

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штучке в не распакованном виде.

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат из моркови	50	морковь	54	9,1
		сахар	5	
		масло растительное	3	
Поджарка (говядина)	50	говядина	107	199,9
		лук репчатый	24	
		масло растительное	7	
		помидоры свежие	10	
Гарнир: горох отварной	75	горох	35	6,6
		масло растительное	3	
Кисель из плодов шиповника	200	плоды шиповника сушеные	8	41,5
		сахар	24	
		крахмал картофельный	10	
		кислота лимонная	0,3	
		вода	218	
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				313,8
Калорийность, ккал				622

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Рагу (говядина)	140/60	говядина	96	198,6
		масло растительное	10	
		картофель	120	
		морковь	25	
		лук репчатый	12	
		мука пшеничная	3	
		помидоры свежие	12	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				330,2
Калорийность, ккал				598

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штучке в не распакованном виде.

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат свекольный с сыром	50	свекла	45	29,6
		сыр	8	
		масло растительное	8	
Зразы рубленые	70	говядина (котлетное мясо)	52	149,9
		хлеб пшеничный	8	
		молоко	11	
		лук репчатый	31	
		масло растительное	8	
		яйца	5	
		сухари	6	
		петрушка	3	
Гарнир: рис припущенный	75	рис	28	14,5
		масло сливочное	3	
		бульон	55	
Сок персиковый	200	сок персиковый	200	60,5
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				311,2
Калорийность, ккал				596

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Гуляш (говядина)	50	говядина	107	198,8
		лук репчатый	18	
		масло растительное	5	
		помидоры свежие	12	
		мука пшеничная	4	
Гарнир: макароны отварные	75	макароны	26	11,8
		масло сливочное	3	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				342,2
Калорийность, ккал				601

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штуке в не распакованном виде.

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат из свежих огурцов	50	огурцы свежие	51	24,8
		масло растительное	10	
Судак припущенный	75/50	судак (филе)	116	112,9
		лук репчатый	4	
		петрушка	5	
		соус белый основной	50	
		бульон	55	
		масло сливочное	3	
		мука пшеничная	3	
		лук репчатый	2	
Гарнир: пюре картофельное	75	картофель	86	21,2
		молоко	13	
		масло сливочное	5	
Кисель с витамином С	200	кисель	24	23,2
		сахар	10	
		кислота лимонная	0,2	
		вода	190	
		витамин С порошок	0,07	
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				238,9
Калорийность, ккал				484

Стоимость школьного завтрака в среднем за третью неделю = 310,65 тенге/день
 Калорийность школьного завтрака = 594 ккал

IV неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Котлеты мясные	50/5	говядина (котлетное мясо)	50	114,6
		хлеб пшеничный	9	
		молоко	12	
		сухари	5	
		масло растительное	3	
		масло сливочное	5	
Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	75	крупа рисовая	15	18,1
		масло сливочное	4	
		картофель	43	
		молоко	6	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				264,3
Калорийность, ккал				583

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штучке в не распакованном виде.

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат из сырых овощей	50	помидоры свежие	15	19,1
		огурцы свежие	21	
		капуста белокочанная	14	
		масло растительное	10	
Мясо тушеное (говядина)	50	говядина	113	200,3
		морковь	5	
		лук репчатый	5	
		масло растительное	5	
		помидоры свежие	12	
		мука пшеничная	4	
Гарнир: капуста тушеная	75	капуста белокочанная	108	16,1
		масло растительное	3	
		морковь	2	
		лук репчатый	4	
		помидоры свежие	7	
		мука пшеничная	1	
		сахар	2	
		перец черный горошек	0,02	
		лавровый лист	0,008	
Кисель с витамином С	200	кисель	24	23,2
		сахар	10	
		кислота лимонная	0,2	
		вода	190	
		витамин С порошок	0,07	
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				315,4
Калорийность, ккал				584

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Биточки мясные (говядина)	50/5	говядины (котлетное мясо)	50	128,1
		хлеб пшеничный	9	
		молоко	12	
		сухари	5	
		масло растительное	3	
		масло сливочное	5	
Гарнир: перловка	75	перловка	27	9,7
		масло сливочное	3	
		бульон	55	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				269,4
Калорийность, ккал				601

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штучке в не распакованном виде.

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	помидоры свежие	24	23,6
		огурцы свежие	19	
		лук зеленый	6	
		масло растительное	10	
Тефтели из судака	75	судак	100	89,4
		хлеб пшеничный	10	
		молоко	15	
		лук репчатый	12	
		мука пшеничная	6	
		масло растительное	5	
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	морковь	20	19,3
		картофель	20	
		горошек зеленый консервированный	12	
		капуста белокочанная	20	
		соус молочный	26	
		молоко	10	
		масло сливочное	1	
		мука пшеничная	1	
		бульон или вода	10	
		сахар	1	
Сок мультивитаминный	200	сок мультивитаминный	200	60,5
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				249,6
Калорийность, ккал				448

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Жаркое по-домашнему	200	говядина	72	160
		картофель	178	
		лук репчатый	16	
		помидоры свежие	12	
		масло растительное	7	
Мед пчелиный ¹	10	мед пчелиный «Алтайский» в стиках	10	20,0
Сузбеше	100	сузбеше	100	53,8
Молоко школьное витаминизированное	200	молоко школьное витаминизированное	200	56,0
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				291,6
Калорийность, ккал				557

¹ Мед пчелиный по 10 г в стиках следует раздавать каждому учащемуся по одной штуке в не распакованном виде.

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Брутто, г	Стоимость блюда, тенге
Салат с сыром	50	сыр	20	64,7
		огурцы свежие	28	
		масло растительное	8	
		петрушка	2	
Тефтели мясные (говядина)	60	говядина (котлетное мясо)	52	127,6
		хлеб пшеничный	8	
		молоко	12	
		лук репчатый	24	
		масло растительное	3	
		мука пшеничная	4	
		масло сливочное	3	
Гарнир: гречка рассыпчатая	75	крупа гречневая	37	15,4
		масло сливочное	3	
Кисель из плодов шиповника	200	плоды шиповника сушеные	8	41,5
		сахар	24	
		крахмал картофельный	10	
		кислота лимонная	0,3	
		вода	218	
Яблоки свежие	200	яблоки свежие	200	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	10	хлеб ржано-пшеничный	10	1,8
Стоимость рациона, тенге				305,9
Калорийность, ккал				716

Стоимость школьного завтрака в среднем за четвертую неделю = 282,69 тенге/день
 Калорийность школьного завтрака = 579 ккал

Итого:

Стоимость школьного завтрака в среднем за четыре недели = 300,00 тенге/день
 Калорийность школьного завтрака в среднем за четыре недели 597 = ккал