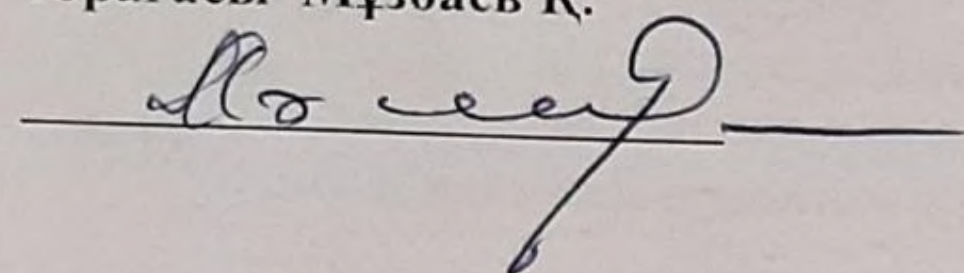


«Келісілді»

Қамқоршылық кеңесінің

төрағасы Мұзбаев Қ.



«Бекітілді»

МКҚК № 32 «Қуаныш» МДҰ

менгерушісі А.В. Ескалиева



**МКҚК № 32 «ҚУАНЫШ» МДҰ-Ң ОН КҮНДІК
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ АС МӘЗІРІ**

2021ж.

Соль-5 гр; черн.пер-0,01 гр

I НЕДЕЛЯ

I ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша рисовая мол. с маслом	180	Молоко-180, рис-15, масло сл- 5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом и сыром	40/5/10	Хлеб -40, масло сл-5, сыр-10
	Чай сладкий	180	Чай -0,02, сахар-10
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Рассольник на к/б со смет соусом	200	Мясо-20, масло раст-2, сметана-10, лук-10, морковь-10, картофель-80, перловая кр-10, огурцы сол-10
	Мясо тушенное с картоф пюре	80/150	Мясо-80, масло раст-3, масло сл-5, лук-20, морковь-20, картофель-110
	Салат из свежей капусты с морковью	50	Капуста св-10, масло раст-1, морковь-20
	Компот	180	Сухофрукты-15, сахар-10
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Пряник	20	Пряник-20
	Чай сладкий с молоком	180	Чай-0,02, сахар-10, молоко-60
УЖИН 17-00	Ватрушка с творогом	90	Мука-50, творог-80, молоко-30, масло сл-5, яйцо1/10, сахар-5, дрожжи-1, масло раст-0,01
	Молоко кипяченое	150	Молоко-150

1 НЕДЕЛЯ

Соль-5 гр; чери.пер-0,01 гр

2 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша пшенная мол. с маслом	180	Молоко-180, пшеио-15, масло сл- 5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом	40/5	Хлеб-40, масло сл-5
	Какао с молоком	180	Какао -0,02, сахар-10, молоко-60
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Борщ на к/б со смет соусом	200	Мясо-20, масло раст-1, капуста-80, свекла-30, сметана-10, лук-10, морковь-10, картофель-80, томат-5
	Рис с мясом	80/150	Мясо-80, масло раст-0,4, масло сл-5, лук-20, морковь-35, рис-30, томат-2
	Салат из соленных огурцов	50	Огурцы сол-40, лук-5, масло раст-1
	Кисель плодово-ягодный	180	Кисель-25, сахар-5
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Кефир	150	Кефир-150
	Печенье	10	Печенье-10
УЖИН 17-00	Рыбная запеканка с картофельным пюре	180	Рыба-115, масло сл-5, яйцо-1/10, мука-5, молоко-30, масло раст-0,01, лук-10, картофель-110, морковь-10
	Чай сладкий с лимоном	180	Чай-0,02, сахар-10, лимон-5
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб-40

I НЕДЕЛЯ

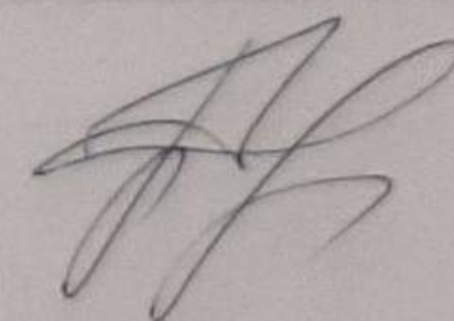
Соль-5 гр: черн пер-0.01 гр

3 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша манная мол. с маслом	180	Молоко-180, манная-15, масло сл- 5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом с сыром	40/5/10	Хлеб -40, масло сл-5, сыр-10
	Чай сладкий с молоком	180	Чай -0,01, сахар-10, молоко-90
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Суп горох на к/б	200	Мясо-20, горох-10, масло раст-2, лук-10, морковь-10, картофель-80
	Мясо по-казахски	150	Мясо-80, масло раст-2, масло сл-5, лук-20, морковь-20, картофель-60, яйцо 1/10, масло сл-5, мука-30
	Салат из овощей свекла, морковь, чеснок	50	Свекла-30, морковь-40, чеснок-1, раст масло-1
	Компот	180	Сухофрукты -0,15, сахар-10
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Сушки	15	Сушки -15
	Молоко кипяченое	150	Молоко-150
УЖИН 17-00	Овощное рагу	180	Картофель-50, капуста-40, лук-10, морковь-10, масло сл-5, масло раст-2, томат-2
	Чай сладкий	180	Чай-0,01, сахар-10
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб-40

I НЕДЕЛЯ

Соль-5 гр: черн.пер-0.01 гр

4 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша геркулес мол. с маслом	180	Молоко-180, геркулес-15, масло сл- 5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом с сыром	40/5/10	Хлеб -40, масло сл-5, сыр-10
	Какао на молоке	180	Какао -0,02, сахар-10, молоко-90
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Суп крестьянский на к/б	200	Мясо-20, масло раст-2, лук-10, морковь-10, масло сл-2, картофель-90, вермишель-10
	Рыбная запеканка с отварным рисом	150	Рыба -115, масло раст-3, морковь-25, мука-5, яйцо-1/10, масло сл-3, рис-30, лук-20, молоко-30
	Салат зимний	50	Картофель- 100, лук-10, чеснок-1, раст масло-1
	Чай сладкий с лимоном	180	Чай-0,02, сахар-0,10, лимон-5
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Пряник	20	Пряник-20
	Компот	180	Сухофрукты -15, сахар-10
УЖИН 17-00	Пирожки с мясом в духовке	180	Мука-50, яйцо-1/10, сахар-5, дрожжи-1, масло раст-1, масло сл-5, мясо-80, лук-10, молоко-30
	Чай сладкий с молоком	150	Чай-0,01, сахар-10, молоко-90



I НЕДЕЛЯ

Соль-5 гр; черн.пер-0.01 гр

5 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша пшеничная мол. с маслом	180	Молоко-180, кр пшеничная-15, масло сл- 5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом	40/5	Хлеб-40, масло сл-5
	Чай сладкий с молоком	180	Чай -0,02, сахар-10, молоко-60
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Суп-лапша домашняя на к/б	200	Мясо-20, масло раст-2, лук-10, морковь-10, картофель-80, мука-20, яйцо-1/10, масло сл-2
	Тефтели с картоф пюре	80/100	Мясо -80, масло сл-5, томат-5, молоко-20, масло раст-2, лук-30, рис-5, яйцо-1/10, морковь-20, картошка-110
	Салат свежий	50	Капуста-80, морковь-15, масло раст-1
	Компот	180	Сухофрукты -15, сахар-10
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Печенье	10	Ппеченье-10
	Чай сладкий	180	Чай-0,02, сахар-10
УЖИН 17-00	Творожно-морковная запеканка	180	Творог-120, яйцо-1/10, масло сл-5, сахар-0,05, морковь-20, масло раст-2, кр манная-5, молоко-20
	Молоко кипяченое	150	Молоко -150
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб-40

II НЕДЕЛЯ

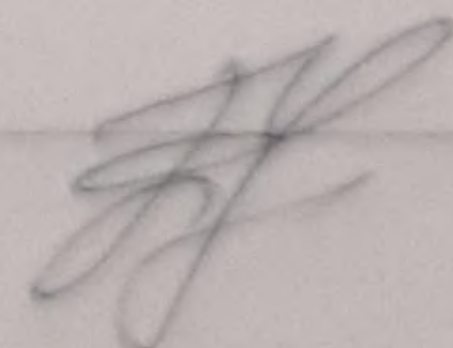
С. 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283, 284, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 308, 309, 310, 311, 312, 313, 314, 315, 316, 317, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 354, 355, 356, 357, 358, 359, 360, 361, 362, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 387, 388, 389, 390, 391, 392, 393, 394, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412, 413, 414, 415, 416, 417, 418, 419, 420, 421, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 439, 440, 441, 442, 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 452, 453, 454, 455, 456, 457, 458, 459, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 480, 481, 482, 483, 484, 485, 486, 487, 488, 489, 490, 491, 492, 493, 494, 495, 496, 497, 498, 499, 500, 501, 502, 503, 504, 505, 506, 507, 508, 509, 510, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524, 525, 526, 527, 528, 529, 530, 531, 532, 533, 534, 535, 536, 537, 538, 539, 540, 541, 542, 543, 544, 545, 546, 547, 548, 549, 550, 551, 552, 553, 554, 555, 556, 557, 558, 559, 560, 561, 562, 563, 564, 565, 566, 567, 568, 569, 570, 571, 572, 573, 574, 575, 576, 577, 578, 579, 580, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 587, 588, 589, 590, 591, 592, 593, 594, 595, 596, 597, 598, 599, 600, 601, 602, 603, 604, 605, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 612, 613, 614, 615, 616, 617, 618, 619, 620, 621, 622, 623, 624, 625, 626, 627, 628, 629, 630, 631, 632, 633, 634, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 641, 642, 643, 644, 645, 646, 647, 648, 649, 650, 651, 652, 653, 654, 655, 656, 657, 658, 659, 660, 661, 662, 663, 664, 665, 666, 667, 668, 669, 670, 671, 672, 673, 674, 675, 676, 677, 678, 679, 680, 681, 682, 683, 684, 685, 686, 687, 688, 689, 690, 691, 692, 693, 694, 695, 696, 697, 698, 699, 700, 701, 702, 703, 704, 705, 706, 707, 708, 709, 710, 711, 712, 713, 714, 715, 716, 717, 718, 719, 720, 721, 722, 723, 724, 725, 726, 727, 728, 729, 730, 731, 732, 733, 734, 735, 736, 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 748, 749, 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 759, 760, 761, 762, 763, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772, 773, 774, 775, 776, 777, 778, 779, 780, 781, 782, 783, 784, 785, 786, 787, 788, 789, 790, 791, 792, 793, 794, 795, 796, 797, 798, 799, 800, 801, 802, 803, 804, 805, 806, 807, 808, 809, 810, 811, 812, 813, 814, 815, 816, 817, 818, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 827, 828, 829, 830, 831, 832, 833, 834, 835, 836, 837, 838, 839, 840, 841, 842, 843, 844, 845, 846, 847, 848, 849, 850, 851, 852, 853, 854, 855, 856, 857, 858, 859, 860, 861, 862, 863, 864, 865, 866, 867, 868, 869, 870, 871, 872, 873, 874, 875, 876, 877, 878, 879, 880, 881, 882, 883, 884, 885, 886, 887, 888, 889, 890, 891, 892, 893, 894, 895, 896, 897, 898, 899, 900, 901, 902, 903, 904, 905, 906, 907, 908, 909, 910, 911, 912, 913, 914, 915, 916, 917, 918, 919, 920, 921, 922, 923, 924, 925, 926, 927, 928, 929, 930, 931, 932, 933, 934, 935, 936, 937, 938, 939, 940, 941, 942, 943, 944, 945, 946, 947, 948, 949, 950, 951, 952, 953, 954, 955, 956, 957, 958, 959, 960, 961, 962, 963, 964, 965, 966, 967, 968, 969, 970, 971, 972, 973, 974, 975, 976, 977, 978, 979, 980, 981, 982, 983, 984, 985, 986, 987, 988, 989, 990, 991, 992, 993, 994, 995, 996, 997, 998, 999, 1000

6 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша кукурузная мол. с маслом	180	Молоко-180, кр кукурузная-15, масло сл-5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом с сыром	40/5/10	Хлеб -40, масло сл-5, сыр-10
	Чай сладкий с молоком	180	Чай -0,02, сахар-10, молоко-60
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Суп рисовый на к/б	200	Мясо-20, масло раст-2, лук-10, морковь-10, картофель-80, рис-15
	Мясо тушенное с гречкой	50/150	Мясо-80, лук-20, морковь-20, масло сл-5, масло раст-2, томат-5, гречка-30
	Салат морковный с чесноком	50	Морковь -40, чеснок-1, раст масло-1
	Кисель плодово-ягодный	180	Кисель -20, сахар-10
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Сушки	15	Сушки-15
	Какао на молоке	180	Какао -0,02, сахар-10, молоко-60
УЖИН 17-00	Картофель тушеная	200	Картофель-100, масло сл-5, масло раст-2
	Кефир	150	Кефир-150
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб-40

II НЕДЕЛЯ

Срок: 4 нед. норматив: 0,01 кг

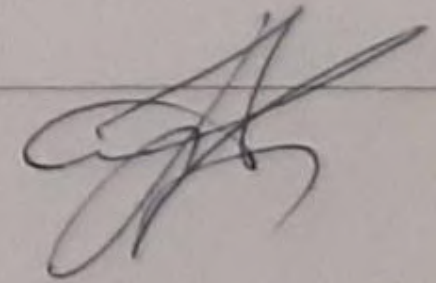
7 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша гречневая мол. с маслом	180	Молоко-180, гр крупа-15, масло сл- 5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом	40/5	Хлеб-40, масло сл-5
	Чай сладкий с молоком	180	Чай-0,02, сахар-10, молоко-90
	Яблоко	60	Яблоко- 60
ОБЕД 12-30	Суп овощной на к/б	200	Мясо-20, масло раст-2, лук-10, морковь-10, картофель-90, томат-2, капуста-80, масло сл-2
	Котлеты с отварным рисом	80/150	Мясо-80, масло сл-3, масло раст-2, томат-3, морковь-20, рис-30, молоко-20, яйцо-1/10, мука-5, лук-20, перец-0,1
	Салат винегрет	50 н	Капуста св-50, картофель-30, свекла-25, раст масло-1, морковь-30, сол огурцы-10
	Компот	180	Сухофрукты -15, сахар-10
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Пряники	20	Пряники -20
	Какао на молоке	150	Молоко-90, какао-0,02, сахар-10
УЖИН 17-00	Рыбное суфле с отварным картофелем	150	Рыба-105, картофель-110, яйцо-1/10, мука-2, лук-10, морковь-10, раст масло-2, молоко-40, масло сл-5
	Чай сладкий с лимоном	180	Чай -0,01, сахар-10, лимон-5
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб-40



II НЕДЕЛЯ

Соль-5 гр: черилпер-0,01 гр

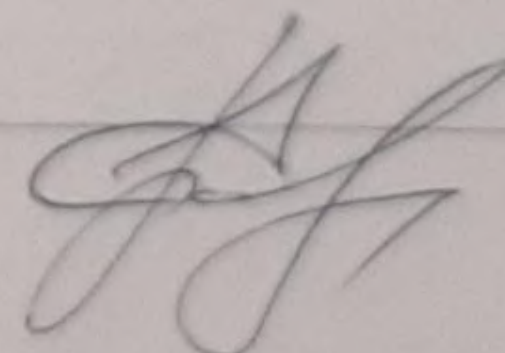
8 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша манная мол. с маслом	180	Молоко-180, манная кр-15, масло сл- 5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом	40/5	Хлеб пшен-40, масло сл-5
	Какао с молоком	180	Какао-0,02, сахар-10, молоко-70
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Свекольник на к/б со сметаной	180	Мясо-20, томат-5, масло раст-2, лук-10, морковь-10, картофель-100, свекла-60, сметана-10
	Макароны с мясом	200	Мясо-80, масло сл-5, масло раст-3, макароны-30, лук-20, морковь-20
	Салат из свежих овощей свекла, морковь, чеснок	50	Свекла-60, морковь-50, чеснок-10, масло раст-1
	Кисель плодово-ягодный	180	Кисель -25, сахар-5
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Печенье	10	Печенье-10
	Молоко кипяченое	150	Молоко-150
УЖИН 17-00	Творожно-морковная запеканка	180	Творог- 120, яйцо-1/10, масло сл-3, молоко-20, сахар-10, морковь-30, масло раст-1, мука-5
	Чай сладкий	180	Чай -0,02, сахар-10
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб-40



II НЕДЕЛЯ

Соль-5 гр; черн.пер-0.01 гр

9 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша «дружба» мол. с маслом	180	Молоко-180, пшено-5, рис-10, масло сл- 5, сахар-5
	Хлеб пшен с маслом и сыром	40/5/10	Хлеб-40, масло сл-5, сыр-10
	Какао с молоком	180	Какао-0,02, сахар-10, молоко-50
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Суп гречневый на к/б	180	Мясо-20, масло раст-2, лук-10, морковь-10, картофель-80, гречка-15
	Рыбная запеканка с картофелем отварным	150	Рыба -120, масло раст-3, морковь-20, мука-10, яйцо-1/10, масло сл-3, картофель-90, молоко-20, лук-0,2
	Салат из свежей капусты с морковью	50	Капуста-40, морковь-30, чеснок-1, масло раст-1
	Чай с лимоном	180	Чай-0,02, лимон-10, сахар-10
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
ПОЛДНИК 15-20	Сушки	15	Сушки-15
	Чай сладкий	180	Чай -0,01, сахар-10
УЖИН 17-00	Пирожки с мясом в духовке	180	Мука-50, молоко-20, яйцо-1/10, сахар-5, дрожжи-1, масло раст-1, масло сл-5, мясо-80, лук-10
	Молоко кипяченое	150	Молоко-150



II НЕДЕЛЯ

Соль-5 гр; черн пер-0.01 гр

10 ДЕНЬ	МЕНЮ	ВЫХОД	ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ
ЗАВТРАК 8-40	Каша ячневая мол. с маслом	180	Молоко-180, кр ячневая-15, сахар-5, масло сл- 5
	Хлеб пшен с маслом	40/5	Хлеб-40, масло сл-5
	Чай сладкий	180	Чай-0,01, сахар-10
	Яблоко	60	Яблоко-60
ОБЕД 12-30	Суп с клецками на к/б	200	Мясо-20, картофель-90, масло раст-2, мука-30, лук-10, морковь-10, томат-3, масло сл-2, яйцо-1/10
	Бигус с мясом	150	Мясо-80, рис-15, масло раст-2, масло сл-5, томат-2, лук-20, капуста-80, морковь-20
	Салат из соленных огурцов	50	Огурцы соленные-60, лук-5, масло раст-1
	Компот	180	Сухофрукты-15, сахар-10
	Хлеб ржаной	40	Хлеб-40
		10	Печенье-10
ПОЛДНИК 15-20	Печенье	10	Какао -0,02, сахар-10, молоко-70
	Какао на молоке	150	
УЖИН 17-00	Ватрушка с творогом	90	Мука-50, творог-80, молоко-20, яйцо-1/10, сахар-5, дрожжи-1, масло раст-2, масло сл-3
	Кефир	150	Кефир-150