

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей
Г.Б. Акылбекова

Г.Б. Акылбекова



Утверждаю
Директор СОШ №30
Б.О. Аденова

Перспективное меню
Столовой СОШ № 30

Составлено и согласованно

Сборником рецептов и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва

I Неделя

I день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
87	100	Қияр және қызанақ салаты/ Салат из огурцов и помидор
54	100	Сәбіз салаты/ Салат морковный
175	250	Борщ /Борщ со свежей капустой
411	250.	Сут қосылған ұнтақ жарма ботқасы/ Каша манная молочная
1076	180/5	Картоппен самсалары/ Вареники с картофелем
541	80	Балық жасалған котлет/ котлета рыбная
710	80	Тауықтың субесі құйылыстың тұздығында/Куриное филе в сливочном соусе
631	90	Қуырдақ етті/ Гуляш мясной
642	250	Сыыр етті жасал палау/ Плов с говядиной
658	90	Котлеті қызанақпен және ірімшікпен пісіру/ Котлета запеченая спомидорами и сыром
572	90	Сосиска пісірілген/ Сосиска отварная
759	180	Қарақұмық ботқасы/ Каша гречневая
775	180	Бұқтырылған қырыққабат/ Капуста тушеная
Тех.карта №1	120	Пицца «Маргарита»
1104	100	Сосиска қамырдағы/ Сосиска в тесте
Тех карта №4	100	Уч -тұрмақ
1135	100	Сүзбе қосылған тоқаш / Ватрушка с творогом
1114	90	Өрік қосылған тоқаш /Булочка с курагой
1098	90	Тоқаш / булочка с посыпкой
753	200	Қант қосылған шай/ Чай с сахаром
924	200	Балғын жемістердің компоты /Компот из свежих фруктов
948	200	Жеміс – жидек кисель/кисель плодово- ягодный

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей
Г.Б. Акылбекова



Б.О. Аденова

Перспективное меню
Столовой СОШ № 30

Составлено и согласованно

Сборником рецептов и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва

I Неделя

3 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
93	100	Сәбізі бар шомырдан салаты және пиязбен/ Салат из редьки с морковью и луком
110	100	Жұмыртқа майы жасалған салаты/ салат яичный с маслом
206	250	Қышқылтым сорпа /Рассольник
417	250	Сут қосылған жүгеріден ботқасы/ Каша кукурузная молочная
1069	150/100	Еттен қосылған тұшпара /Пельмени мясные
530	90	Клярдағы балық /Рыба в кляре
739	90	Тауық етінен жасалған зраза(жұмыртқа + пияз)/ Зразы куриные(яйцо+ лук)
568	90	Ет пісірілген /Мясо отварное
648	250	Сыыр етімен лагман/ Лагман с говядиной
655	90	Шабылған бифстекс жұмыртқамен / Бифстекс с яйцом рубленный
744	200	Тары және май қосылған ботқасы / Каша пшениная с маслом
759	180	Картоп пюресі / Пюре картофельное
Тех.карта №3	120	Колбаса қосылған пицца/ Пицца с колбасой
Тех карта №5	100	Ет және күріштен қосылған самса/ Самса с мясом , с рисом
1135-1137	80	Сузбе қосылған сочень /Сочень с творогом
1125	75	Қырыққабат қосылған самса / Пирожок с капустой
1125	75	Картоп қосылған самса /Пирожок с картофелем
Тех карта №8	100	Алма қосылған тоқаш / Булочка- плетенка с яблоком
1010	200	Лимон қосылған тәтті шай/Чай с сахаром и лимоном
1016	200	Кофенің сусыны / Кофейный напиток

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей
Г.Б. Акылбекова

Еро Ишамбаева Д.Д.

Перспективное меню
Столовой СОШ № 30

Составлено и согласованно

Сборником рецептов и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва



Утверждаю
Директор СОШ №30
Б. О. Аденова

I Неделя
4 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
89	100	Қызылша , қияр тұздалған және жас бұршақтан жасалған салаты/ Салат из свеклы с соленым огурцом и зеленым горошком
81	100	Қырыққабат және қызанақ жасалған салаты/ Салат из свежей капусты с помидором
179	250	Қызылша сорпасы қаймақпен /Свекольник со сметаной
417	250	«Геркулес»қосылған сүт ботқасы/ Каша молочная «Геркулес»
1076	60	Сыыр етімен мәнтілері/ Манты с говядиной
547	80	Балықтан жасалған тефтель(қаймақ соусын)/ Тефтели рыбные в сметанном соусе
697	250	Тауық етінен лагман/Лагман с курицей
627	90	Бұқтырылған ет баялден/ Мясо тушеное с баклажанами
642	250	Сыыр етті және карақұмық жасалған палау/ Плов с говядиной с гречкой
690	150	Голубецтер (Күріш + Сыыр)/ Голубцы(Мясо+ рис)
753	180	Вермишель пісірілген/ Вермишель отварная
780	200	Көкөніс рагу / Рагу овощное
1104	100	Сосиска қамырдағы/ Сосиска в тесте
1131	100	Ет пиязбен жасалған расстегай/ Расстегай с мясом, с луком
1135	100	Сүзбе қосылған тоқаш / Ватрушка с творогом
1137	75	Алма балы қосылған самса / Пирожок с повидлом
1104	75	Сәбіз қосылған самса/Пирожок с морковью
1100	85	Тоқаш «Түймедақ» даршынмен/ Булочка «Ромашка» с корицей
1101	100	«Рогалик» көкнәрмен/ Рогалик с маком
1110	200	Қант қосылған шай/ Чай с сахаром пакетированный
924	200	Алма және алмұрт нәрсу / Компот из фруктов

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей
Г.Б. Акылбекова

Е.О. Чамалова

Перспективное меню
Столовой СОШ № 30

Составлено и согласовано

Сборником рецептов и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва



Утверждаю
Директо СОШ №30
В. О. Аденова

I Неделя
5 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
101	100	Май қосылған "Қысқысы" салаты / Салат «Зимний» с маслом
55	100	Қыяр пиязбен жасалған салаты / Салат из свежих огурцов с луком
197	250	Щи из свежей капусты
417	250	Тары қосылған сүт ботқасы / Каша молочная пшеничная
1079	175/5	Қырыққабат самсалары / Вареники с капустой
517	100	Бұқтырылған бапық пиязбен және сәбізбен / Рыба тушеная с морковью, с луком
725	100	Пісіру клярдағы тауық / Курица в кляре, запеченная на листе
578	250	Сыыр етімен беспармак / Беспармак с говядиной
637	250	Татарша азу / Азу по - татарски
681	250	Вермишель көмәші етпен / Запеканка вермишелевая с мясом
572	90	Сосиска пісірілген / Сосиска отварная
744	180	Карақұмық ботқасы / Каша гречневая
744	180	Бұршақ ботқасы / Каша гороховая
Тех карта №1	120	Пицца «Маргарита»
Тех карта №4	100	Уч- пугмак
499	100	Сүзбе көмәші мейізбен / Запеканка творожная с изюмом
1131	90	Жұмыртқа және пиязбен қосылған самса / Пирожок с яйцом и зеленым луком
Тех карта	75	Қант қосылған тоқаш / Плюшка с сахаром
Тех карта №4	100	Өрік және мейіз қосылған тоқаш / Булочка с курагой, изюмом
Тех карта №13	100	Алма балы қосылған тоқаш / Булочка с повидлом, с посыпкой
1011	200	Сүт қосылған тәтті шай / Чай с сахаром
1025	200	Какао

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей

Г.Б. Акылбекова

Г.Б. Акылбекова

Перспективное меню
Столовой СОШ № 30

Составлено и согласованно

Сборником рецептур и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва



Утверждаю
Директор СОШ № 30
Б. О. Аденова

I Неделя
6 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
103	100	<i>«Винегрет» салаты/ Салат «Винегрет»</i>
85	100	<i>«Дәрумен» алмамен салаты / Салат «Витаминный» с яблоком</i>
245	250	<i>«Харчо» супы / Суп «Харчо»</i>
417	250	<i>Сут қосылған «Достық» ботқасы/ Каша молочная «Дружба»</i>
1076	175/5	<i>Картоппен самсалары/ Вареники с картофелем</i>
530	90	<i>Пісіру клярдағы балық / Рыба в кляре запеченная на листе</i>
717	100	<i>Тауық етінен жасалған рулет (Сәбіз + пияз) Куриные рулетики (морковь+ лук)</i>
599	90	<i>Етті қуырма / Поджарка мясная</i>
642	250	<i>Еттен және күріш жасалған палау / Плов с рисом, с мясом</i>
670	80/50	<i>Еттен қосылған фрикаделька тұздықта/ Фрикадельки мясные в соусе</i>
572	90	<i>Сарделька пісірілген/ Сарделька отварная</i>
775	180	<i>Қуырылған қырыққабат/ Капуста жаренная</i>
748	180	<i>Картоп пісірілген / Картофель отварной</i>
Тех карта №2	120	<i>Тауық етінен қосылған пицца / Пицца с курицей</i>
1125	90	<i>Ет және пияз қосылған самса / Пирожок с мясом, луком</i>
1098	100	<i>Алма балы қосылған тоқаш/ Ватруика с повидлом</i>
1125	75	<i>Картоп қосылған самса / Пирожок с картофелем</i>
1125	75	<i>Қырыққабат қосылған самса / Пирожок с капустой</i>
Тех карта №9	100	<i>Алма және даршын қосылған тоқаш/ Плетенка с яблоком , с корицей</i>
933	200	<i>Құрғақ - жемістер компоты/ Компот из сухо- фруктов</i>
948	200	<i>Шиенің кисельсі / Кисель вишневый</i>

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей

Г.Б. Акылбекова

Г.Б. Акылбекова



Перспективное меню
Столовой СОШ № 30

Составлено и согласованно

Сборником рецептов и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва

II Неделя

2 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
90	100	Қызылша және мейізден жасалған салат / Салат из свеклы с изюмом
54	100	Қыяр және қызанақ салаты/ Салат из свежих огурцов, помидор
219	250	Картоп қосылған сауыр сорпасы қызанақпен/ Суп картофельный с крупой и томатом
417	250	Сут қосылған арпа ботқасы/ Кашиа молочная ячневая
1069	175/100	Еттен қосылған тұшпара / Пельмени мясные
538	100	Пісіру сүбе балықты қырыққабаттан/ Филе рыбное запеченное с капустой
719	90	Тауық етінен жасалған котлет ірімшіктің пассировкасында /Котлета куриная в сырной пассировке
598	90	Сыыр етімен бефстроганов/ Бефстроганов из говядины
631	250	Сыыр етімен жасалған қуырдағы/ Жаркое с говядиной
658	90	Еттен қосылған котлет, тұздық қызыл негізгі / Котлета мясная, соус красный основной
605	90	Бұқтырылған шұжық пиязбен және қызанақпен/ Колбаса тушеная с помидорами и луком
744	200	Арпа жармасы ботқасы және май / Кашиа перловая с маслом
759	180	Картоп пюресі / Пюре картофельное
1104	100	Сосиска қамырдағы / Сосиска в тесте
1125	100	Еттен және күріш қосылған самса/ Пирожок с мясом, с рисом
1135-1137	90	Сүзбе қосылған сочень/ Сочень с творогом
1104	75	Сәбіз қосылған самса / Пирожок с морковью
Тех карта	100	«Рогалик» көкнәрмен/ Рогалик с маком
Тех карта	85	Тоқаш даришынмен / Плюшка с корицей
1110	200	Қант қосылған шай/ Чай с сахаром
924	200	Балғын жемістердің нәрсу /Компот из фруктов
948	200	Таңқурайдың кисельсі / Кисель малины

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей
Г.Б. Акылбекова

Утверждаю
Директор СОШ №30
Б. О. Аденова

Имангазиева



Перспективное меню
Столовой СОШ № 30

Составлено и согласовано

Сборником рецептов и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва

II Неделя
3 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
98	100	Майшабақ, картоп және пиязбен жасалған салаты / Салат из сельди с картофелем, луком
93	100	Сәбізі бар шомырдан салаты және пиязбен/ Салат из редьки с морковью, с луком
228	250	Картоп клецкалармен сорпа/ Суп картофельный с клецками
417	250	Сут қосылған ұнтақ жарма ботқасы / Каша молочная манная
1076	60	Сыыр етімен мәнтілері/ Манты с говядиной
541	90	Балық жасалған котлет қызыл тұздықта/ Котлета рыбная в красном соусе
702	120	Тауық етінен рагу баялден / Куриное рагу с баклажаном
638	90	Бұқтырылған ет қосылған қара өрік / Мясо тушеное с черносливом
648	250	Сыыр етімен лагман/ Лагман с говядиной
667	90	Етті қосылған зраза(Жұмыртқа + пияз) Зраза мясная (яйцо + лук)
477	180	Карақұмық ботқасы / Каша гречневая
477	180	Күріш сәбізбен (жүгері+ сәбіз)/ Рис цветной (кукуруза+морковь)
Тех карта	120	Пицца «Маргарита»
Тех карта	100	Тауық етінен және пиязбен жасалған самса/ Самса с курицей, с луком
1098	100	Алма балы қосылған тоқаш / Ватрушка с повидлом
1135	100	Сүзбе және көкнәр қосылған тоқаш / Ватрушка с творогом, с маком
Тех карта	100	Тоқаш мейізбен / Плетенка с изюмом
Тех карта	85	Шоколадты бауырсақ/ Пончик шоколадный
1010	200	Қант қосылған шай / Чай с карамелью
1024	200	Кофенің сусыны / Кофейный напиток

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей

Г.Б. Акылбекова

Г.Б. Акылбекова



Утверждаю
Директор СОШ №30
Б.О. Аденова

Перспективное меню
Столовой СОШ № 30
Составлено и согласованно

Сборником рецептур и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва

II Неделя

4 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
110	100	<i>Жұмыртқа салаты/ Салат яичный</i>
54	100	<i>Сәбіз және өрік жасалған салаты/ Салат из моркови с курагой</i>
175	250	<i>Бориц қаймақпен / Бориц из свежей капусты со сметаной</i>
411	250	<i>Сут қосылған күріш супы /Суп молочный рисовый</i>
1079	175/5	<i>Қырыққабат самсалары/ Вареники с капустой</i>
538	90	<i>Пісіру баплық қызанақпен/ Рыба запеченная с помидорами</i>
738	80/50	<i>Тауық етінен жасалған фрикаделька томат тұздықта/ Куриные фрикадельки в томатном соусе</i>
578	250	<i>Сыыр етімен беспармак/ Беспармак с говядиной</i>
627/924	250	<i>Етінен жасалған бигус/ Бигус с мясом</i>
667	100	<i>Етінен жасалған рулет (Сәбіз + күріш) / Рулет мясной (морковь + рис)</i>
572	90	<i>Сосиска пісірілген / Сосиска отварная</i>
757	180	<i>Картоп пісірілген / Картофель отварной</i>
477	180	<i>Арпа ботқасы және май / Каша ячменная с маслом</i>
Тех карта	120	<i>Тауық етінен қосылған пицца/ Пицца с курицей</i>
Тех карта	100	<i>Уч - пугмак</i>
499	100	<i>Сүзбе және мейіз жасалған запеканка/ Запеканка с творогом , с изюмом</i>
Тех карта	85	<i>Тоқаш қантпен / Плюшка с сахаром</i>
Тех карта	100	<i>Тоқаш / Булочка с посыпкой</i>
1010	200	<i>Лимон қосылған тәтті шай / Чай с сахаром с лимоном</i>
948	200	<i>Шиенің кисельсі / Кисель вишневый</i>

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей
Г.Б. Акылбекова



В.Ф. Шаманбаева

Перспективное меню
Столовой СОИИ № 30
Составлено и согласованно
Сборником рецептов и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва

II Неделя
5 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
85	100	«Дәрумен» салаты / Салат «Витаминный»
108	100	Майшабақ және май жасалған винегрет/ Салат «Винегрет с сельдью, с маслом»
225	250	Балық сорпасы / Суп рыбный
411	250	Сут қосылған жүгеріден ботқасы /Каша молочный кукурузная
1076	175/5	Картоптен самсалары/ Вареники с картофелем
530	90	Пісіру қляртағы балық/ Рыба в Кларе запеченная на листе
712	80/150	Пісіру тауық картоптен/ Курица запеченая с картофелем на листе
631	90	Сиыр етінен гуляшы / Гуляш из говядины
642	250	Еттен және күріш жасалған палау/ Плов с мясом , с рисом
656	90	Қызанақ және ірімшік жасалған шабылған бифштекс/ Бифштекс рубленый с помидорами, сыром
753	180	Вермишель пісірілген/ Вермишель отварная
780	200	Көкөніс рагу / Овощное рагу
Тех карта	120	Колбаса қосылған пицца / Пицца с колбасой
1010	100	Етімен және қырыққабат қосылған растегай/ Растегай с мясом , капустой
1135/1157	90	Сүзбе және мейіз қосылған сочень/ Сочень с творогом , с изюмом
1125	75	Картоп қосылған самса/ Пирожок с картофелем
1091	75	Қырыққабат қосылған самса/ Пирожок с капустой
Тех карта	100	Өрік қосылған тоқаш / Булочка плетенка с курагой
1010	200	Қант қосылған шай/ Чай с сахаром пакетированный
1025	200	Какао

Е.О. Аманжолбеков



Перспективное меню
 Столовой СОШ № 30

Составлено и согласованно

Сборником рецептур и блюд кулинарных изделий для
 предприятий общественного питания 1982 г г Москва

II Неделя

6 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
90	100	Қызылша және бұршақ жасып жасалған салат / Салат из свеклы с зеленым горошком
54	100	Қияр және қызанақ салаты / Салат из свежих огурцов, помидор
211	250	Қыиқылтым сорпа қаймақпен / Рассольник со сметаной
411	250	Сут қосылған «Геркулес» ботқасы / Каша молочная «Геркулес»
1079	175/5	Ірімшікпен самсалары / Вареники с творогом
544	90	Балық және күріш жасалған зразы / Рыбные зразы с рисом
796	250	Тауық етінен жасалған бесбармак / Бесбармак с курицей
628	100	Бұқтырылған ет жасалған ананаспен / Мясо тушеное с ананасом
671	90	Булар биточектер / Биточки паровые
605	90	Пісіру шұжық қызанақпен және пиязбен / Колбаска запеченая с помидорами, с луком
759	180	Картоп пюресі / Пюре картофельное
773	200	Бұқтырылған қырыққабат / Капуста тушеная
1104	100	Сосиска қамырдағы / Сосиска в тесте
1125	100	Еттен және пиязбен қосылған самса / Пирожок с мясом, с луком
1135	100	Сүзбе қосылған тоқаш / Ватрушка с творогом
Тех карта	100	Алма қосылған тоқаш / Булочка с яблоком
Тех карта	90	Шоколадағы тоқаш / Булочка в шоколадной глазури
Тех карта	85	Тоқаш көкнәрмен / Булочка с маком
1110	200	Қант қосылған шай / Чай с сахаром
1016	200	Кофенің сусыны / Кофейный напиток

Проверено и согласовано
В управлении по защите прав потребителей

Г.Б. Акылбекова

Г.Б. Акылбекова



Утверждено
Директо СОШ №30
Б. О. Аденова

Перспективное меню
Столовой СОШ № 30
Составлено и согласовано

Сборником рецептур и блюд кулинарных изделий для
предприятий общественного питания 1982 г г Москва

II Неделя

1 день:

№ по сборнику	Граммы	Наименование блюд
95	100	<i>Сәбіз пиязбен жасалған салаты/ Салат морковный с луком</i>
57	100	<i>«Пияз» салаты/ Салат « луковый»</i>
235	250	<i>Кеспе сорпа үй / Суп- лапша домашняя</i>
417	250	<i>Сүт қосылған қарақұмы ботқасы/ Каша гречневая молочная</i>
1079	175/5	<i>Ірімшікпен самсалары/ / Вареники с творогом</i>
541	90	<i>Балық жасалған биточка/ Биточки рыбные</i>
717	90	<i>Тауық етінен жасалған котлет /Куриные отбивные</i>
627	90	<i>Бұқтырылған ет ананаспен/ Мясо тушеное с ананасом</i>
680	250	<i>Пісіру ет картоппен/ Мясо запеченное с картофелем на листе</i>
671	90	<i>Будың биточектері/ Биточки паровые</i>
744	180	<i>Макароны пісірілген/Макароны отварные</i>
744	200	<i>Тары ботқасы және май / Каша пшениная с маслом</i>
Тех.карта №3	120	<i>Колбаса қосылған пицца / Пицца с колбасой</i>
1100	100	<i>Жұмыртқа және пияз жасыл қосылған расстегай / Расстегай с яйцом, зеленым луком</i>
1135	100	<i>Сүзбе және мейіз қосылған тоқаш / Ватрушка с творогом, с изюмом</i>
1116	85	<i>Шоколадағы тоқаш /Булочка в шоколаде</i>
Тех карта №18	85	<i>«Веснушка» тоқаш / Булочка «Веснушка»</i>
1098	100	<i>Тоқаш / Булочка с посыпкой</i>
1011	200	<i>Сүт қосылған тәтті шай /Чай с молоком ,с сахаром</i>
932	200	<i>Жидек нәрсу/ /Компот из ягод свежес- мороженных</i>
948	200	<i>Қозсақаттың кисельсі / Кисель ежевичный</i>