

Утверждаю

И.о. директора МКОУ «СОШ

им. З.Б. Максидова с.п. Хамидие

В.Н. Мирзоев

«28» августа 2023 г.



Примерное десятидневное меню горячих школьных завтраков для детей 7-11 лет.

Примерное десятидневное меню горячих школьных завтраков для детей 7-11 лет.

1 неделя - понедельник

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника	
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г			
1	Гуляш из говядины с соусом	60\50	Мясо говяжье	0,107	0,08	450,00	48,15	12,15	11,18	2,23	158,14	120549	С.В.Маслова	
			Вода	0,02	0,01	0,00	0,00							
			Соль иодир	0,005	0,005	20,00	0,10							
			Лук	0,005	0,004	35,00	0,18							
			Морковь	0,005	0,004	40,00	0,20							
			Томат	0,008	0,008	150,00	1,20							
2	Каша пшеничная	150\5	Масло раст	0,008	0,008	135,00	1,08							
			Мука	0,005	0,005	32,00	0,16							
			Вода	0,035	0,031	0,00	0,00							
			Крупа пшеничная	0,050	0,05	50,00	2,50	4,6	5,2	34,02	201,28	120201	ТТК	
			Масло слив.	0,005	0,005	595,00	2,98							
3	Огурцы свежие	50	Вода	0,06	0,06	0,00	0,00							
			Соль иодир	0,003	0,003	20,00	0,06							
			Огурцы	0,050	0,05	50,00	2,50	0,79	15,11	2,58	149,47	100505	С.В.Маслова	
4	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	700,00	0,70	0	0	10	40	160105	С.В.Маслова	
			Вода	0,196	0,196	0,00	0,00							
			Сахар	0,015	0,015	73,00	1,10							
5	Хлеб пшеничный	50	Хлеб	0,05	0,05	44,00	2,20	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова	
6											0			
Итого за день:							63,10	22,34	33,29	78,83	704,29			

1 неделя -вторник													
№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника	
	Завтрак	г	г	г	за кг	рубл	г	г	г	г			
1	Рагу из мяса птицы	230	0,110	0,1	350,00	38,50	19,44	18	26,33	345,08	120609	С.В.Маслова	
			0,002	0,002	20,00	0,04							
			0,17	0,15	40,00	6,80							
			0,005	0,005	40,00	0,20							
			0,005	0,005	150,00	0,75							
			0,005	0,005	35,00	0,18							
			0,003	0,003	32,00	0,10							
			0,005	0,005	135,00	0,68							
2	Помидоры свежие	50	0,05	0,05	0,00	0,00							
			0,050	0,05	50,00	2,50	0,79	15,11	2,58	149,47	100505	С.В.Маслова	
3	Хлеб пшеничный	60	0,06	0,06	44,00	2,64	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова	
4	Компот из яблок	200	0,03	0,03	40,00	1,20	0,12	0,12	22,92	93	160209	С.В.Маслова	
			0,176	0,171	0,00	0,00							
			0,001	0,001	875,00	0,88							
5	Печенье	40	0,015	0,015	73,00	1,10							
			0,040	0,040	400,00	15,00	3,2	9,6	25,2	197,3	32	Т.И.Беленова	
Итого за день:						70,55	28,35	44,63	107,03	940,49			

1 неделя - среда														
№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника	
		г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г			
1	Тефтели мясные в сметанном соусе с томатом	80\50	Мясо говяж	0,085	0,065	450,00	38,25	6,3	6,3	8,6	116,3	120539	С.В.Маслова	
			Рис	0,005	0,005	80,00	0,40							
			Лук	0,005	0,004	35,00	0,18							
			Соль	0,003	0,003	20,00	0,06							
			Вода	0,05	0,05	0,00	0,00							
			Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68							
			Мука	0,005	0,005	32,00	0,16							
			Томат	0,003	0,003	150,00	0,45							
			Морковь	0,003	0,003	40,00	0,12							
			Лук	0,005	0,004	35,00	0,18							
			Соль	0,003	0,003	20,00	0,06							
			Яицо кур	0,005	0,004	100,00	0,50							
			Сметана	0,005	0,005	200,00	1,00							
2	Пюре картофельное	150	Картофель	0,17	0,16	30,00	5,10	3,33	3,84	21,59	134,24	130101	С.В.Маслова	
			Молоко	0,03	0,03	65,00	1,95							
			Масло слив.	0,005	0,005	595,00	2,98							
			Соль	0,003	0,003	20,00	0,06							
3														
4	Хлеб пшеничный	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова	
5	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	700,00	0,70	0	0	10	40	160105	С.В.Маслова	
			Вода	0,196	0,196	0,00	0,00							
6			Сахар	0,015	0,015	73,00	1,10							
Итого за день:							56,55	15,03	12,39	85,64	514,19			

1 неделя - четверг												
№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г	г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Мясо	75/50	0,075	0,060	450,00	33,75	15,68	12,61	12,61	226,65	451	Сб.шк.2004г.
	Хлеб		0,010	0,010	44,00	0,44						
	Масло растит.		0,005	0,005	135,00	0,68						
	Вода		0,011	0,008	0,00	0,00						
	Мука		0,005	0,005	32,00	0,16						
	Морковь		0,004	0,003	40,00	0,16						
	Лук		0,004	0,003	35,00	0,14						
	Томат		0,002	0,002	150,00	0,30						
	Соль		0,003	0,003	20,00	0,06						
2	Крупа рисовая	150	0,05	0,05	80,00	4,00	3,7	4,25	40,98	216,97	130301	С.В.Маслова
	Вода		0,094	0,094	0,00	0,00						
	Масло слив.		0,005	0,005	595,00	2,98						
	Соль		0,002	0,002	20,00	0,04						
3	Помидоры свежие	50	0,050	0,05	50,00	2,50	0,79	15,11	2,58	149,47	100505	С.В.Маслова
4	Хлеб пшеничный	50	0,05	0,05	44,00	2,20	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова
5	Какао-порошок	200/15	0,004	0,004	800,00	3,20	3,68	3,48	14,62	104,52	160101	С.В.Маслова
	Вода		0,134	0,134	0,00	0,00						
	Сахар		0,020	0,020	73,00	1,46						
	Молоко		0,090	0,090	65,00	5,85						
6	Яблоко	120	0,12	0,12	40,00	4,80	0,6	0,6	14,7	66,6	210110	С.В.Маслова
Итого за день:							29,25	37,85	115,49	919,61		

1 неделя пятница														
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника	
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г			
1	Котлеты из курин филе с соусом	80\50	Куриное филе	0,120	0,1	350,00	42,00	8,84	9,04	9,35	154,12	204	С.В.Маслова	
			Хлеб	0,01	0,01	44,00	0,44							
			Лук	0,006	0,005	35,00	0,21							
			Мука пшен	0,005	0,005	32,00	0,16							
			Яйцо кур	0,005	0,004	108,00	0,54							
			Соль	0,004	0,004	20,00	0,08							
			Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68							
	Сметана	0,005	0,005	200,00	1,00									
2	Макаронны отварные с маслом	150\5	Макароны	0,050	0,050	45,00	2,25	5,6	4,2	36	204,3	205	М.П.Могильного	
			Слив масло	0,005	0,005	595,00	2,98							
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04							
3	Огурцы свежие	50	Огурцы	0,050	0,05	50,00	2,50	0,79	15,11	2,58	149,47	100505	С.В.Маслова	
4	Хлеб пшеничный	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова	
5	Компот из яблок	200	Яблоки	0,03	0,03	40,00	1,20	0,12	0,12	22,92	93	160209	С.В.Маслова	
			Вода	0,176	0,171	0,00	0,00							
			Сахар	0,015	0,015	73,00	1,10							
6	Мармелад	15	Мармелад	1	1	15,00	15,00							
				Итого за день:										
ИТОГО за весь период							72,81	20,15	30,27	100,85	756,53			
Среднее значение за период							325,70	115,12	158,43	487,84	1358,94			
							65,14	23,02	31,69	97,57	271,79			

2 неделя - понедельник

№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименование сборника
		г		г	г	за кг	рубл	г	г	г	г		
1	Плов из говядины	200	Мясо говяж	0,107	0,075	450,00	48,15	27,25	29,3	49,23	569,62	120550	С.В.Маслова
			Лук	0,014	0,012	35,00	0,49						
			Морковь	0,01	0,008	40,00	0,40						
			Томат	0,002	0,002	150,00	0,30						
			Крупа рисовая	0,07	0,07	80,00	5,60						
2	Огурцы свежие	100	Вода	0,11	0,11	0,00	0,00						
			Соль иод	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Раст масло	0,01	0,01	135,00	1,35						
			Огурцы	0,100	0,08	50,00	5,00	0,79	15,11	2,58	149,47	100505	С.В.Маслова
3	Хлеб пшеничный	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова
4	Компот из яблок	200	Яблоки	0,04	0,04	40,00	1,60	0,12	0,12	22,92	93	160209	С.В.Маслова
			Вода	0,176	0,171	0,00	0,00						
			Сахар	0,015	0,015	73,00	1,10						
5													
Итого за день:													
							66,67	32,96	46,33	104,73	967,73		

2 неделя - вторник

№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
		г		г	г	за кг	рубл	г	г	г	г		
1	Тефтели мясные с соусом	80\50	Мясо говяжье	0,08	0,065	450,00	36,00	10,51	10,43	14,26	192,95	120539	С.В.Маслова
			Рис	0,005	0,005	80,00	0,40						
			Лук	0,022	0,02	35,00	0,77						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Вода	0,12	0,012	0,00	0,00						
			Масло растит	0,01	0,01	135,00	1,35						
			Мука пшеничн	0,003	0,003	32,00	0,10						
2	Каша гречневая	150\5	Томат	0,005	0,005	150,00	0,75						
			Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20						
			Яицо	0,005	0,004	100,00	0,50						
			Сахар	0,001	0,001	73,00	0,07						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Крупа гречн	0,050	0,050	120,00	6,00	6,88	5,95	14,78	140,19	120207	С.В.Маслова
			Соль	0,005	0,005	20,00	0,10						
3	Хлеб пшеничный	60	Слив масло	0,005	0,005	595,00	2,98						
			Вода	0,06	0,06	0,00	0,00						
			Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова
			Кисель	0,03	0,03	200,00	6,00	2,04	0	43,6	182,56	174,2	Сб.реп. 2004
			Сахар	0,015	0,015	73,00	1,10						
4	Кисель фруктовый	200	Вода	0,15	0,29	0,00	0,00						
			Яблоки	0,12	0,12	40,00	4,80						
5	Яблоки	130											
Итого за день:							63,83	24,23	18,18	102,64	671,10		

2 неделя - среда

№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименование сборника
		г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Жаркое по - домашнему	230	Мясо говяжье	0,11	0,09	450,00	49,50	4,89	9,16	20,41	183,64	12	Т.И.Беленова
			Картофель	0,18	0,16	30,00	5,40						
			Соль иодир	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Лук	0,002	0,002	35,00	0,07						
			Томат	0,003	0,003	150,00	0,45						
2	Помидоры свежие	50	Масло раст	0,008	0,008	135,00	1,08						
			Помидоры	0,050	0,05	50,00	2,50	0,79	15,11	2,58	149,47	100505	С.В.Маслова
3	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	700,00	0,70	0	0	10	40	160105	С.В.Маслова
			Вода	0,196	0,196	0,00	0,00						
			Сахар	0,015	0,015	73,00	1,10						
4	Хлеб пшеничный	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова
5	Яблоко	120	Яблоко	0,12	0,12	40,00	4,80	0,6	0,6	14,7	66,6	210110	С.В.Маслова
Итого за день:							68,28	11,08	26,67	77,69	595,11		

2 неделя - четверг

№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
		г		г	г	за кг	рубл	г	г	г	г		
1	Рыба тушеная в соусе	75\50	Рыба заморож	0,14	0,1	160,00	22,40	10,51	10,43	14,26	192,95	120539	С.В.Маслова
			Лук	0,01	0,008	35,00	0,35						
			Томат	0,01	0,01	150,00	1,50						
			Соль	0,005	0,005	20,00	0,10						
			Вода	0,12	0,01	0,00	0,00						
			Масло растит	0,02	0,02	135,00	2,70						
2	Макаронь отварные	150\5	Мука пшеничн	0,005	0,005	32,00	0,16						
			Морковь	0,005	0,004	40,00	0,20						
			Макаронь	0,050	0,050	45,00	2,25	6,88	5,95	14,78	140,19	120207	С.В.Маслова
			Слив масло	0,005	0,005	595,00	2,98						
3	Помидоры свежие	70	Вода	0,06	0,06	0,00	0,00						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Помидоры	0,070	0,060	50,00	3,50						
4	Хлеб пшеничный	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова
			Чай	0,001	0,001	700,00	0,70	2,04	0	43,6	182,56	174,2	Сб.реп. 2004
5	Чай с сахаром	200	Сахар	0,015	0,015	73,00	1,10						
			Вода	0,15	0,29	0,00	0,00						
6	Груши	140	Груши	0,14	0,14	110,00	15,40						
Итого за день:							56,01	24,23	18,18	102,64	671,10		

2 неделя - пятница

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Заптрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Котлеты из куриного филе с соусом	75\50	Куриное филе	0,110	0,1	350,00	38,50	8,84	9,04	9,35	154,12	204	С.В.Маслова
			Хлеб	0,01	0,01	44,00	0,44						
			Молоко	0,01	0,01	65,00	0,65						
			Лук	0,005	0,005	35,00	0,18						
			Мука пшен	0,005	0,005	32,00	0,16						
			Яйцо кур	0,006	0,004	100,00	0,60						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Масло раст	0,01	0,01	120,00	1,20						
			Сметана	0,01	0,01	200,00	2,00						
			Пшено	0,05	0,05	50,00	2,50	5,84	5,48	30,2	193,48	120201	ТТК 204
2	Каша пшенная	150	Слив масло	0,005	0,005	595,00	2,98						
			Соль	0,003	0,003	20,00	0,06						
			Вода	0,08	0,08	0,00	0,00						
3	Огурцы свежие	50	Огурцы	0,050	0,05	50,00	2,50	0,79	15,11	2,58	149,47	100505	С.В.Маслова
4	Хлеб пшеничный	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	4,8	1,8	30	155,4	200102	С.В.Маслова
5	Какао на молоке	200	Какао	0,004	0,004	800,00	3,20	2,76	1,61	10,97	69,41	160101	С.В.Маслова
			Вода	0,05	0,05	0,00	0,00						
			Сахар	0,02	0,02	73,00	1,46						
			Молоко	0,100	0,100	65,00	6,50						
6	Яблоко	130	Яблоко	0,13	0,13	40,00	5,20	0,6	0,6	14,7	66,6	210110	С.В.Маслова
Итого за день:													
ИТОГО за весь период							70,80	23,63	33,64	97,80	788,48		
Среднее значение за период							65,12				243,26		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022418

Владелец Мирзоев Вячеслав Николаевич

Действителен с 20.04.2023 по 19.04.2024