

«Утверждаю»

и.о. директора МКОУ «СОШ им.

З.Б.Максимова с.п. Хамидие»

 С.Ж. Кодзюков

от «13» января 2025г.



Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей 7 – 11 лет.

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

1 неделя - понедельник

№	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника	
													г
1	Бифстrogанов из куриного филе 100	Завтрак	г										
		Куринное филе	г	0,1	0,07	420,00	42,00					Могильный М.П.	
		Соль повар		0,005	0,005	18,00	0,09						
		Дук		0,008	0,007	45,00	0,36	13,8	8,6	3,61	146,2		№290
		Вода		0,02	0,01		0,00						
		Масло раст		0,008	0,008	140,00	1,12						
		Мука		0,005	0,003	30,00	0,15						
		Сметана		0,01	0,01	278,00	2,78						
		Пишено		0,05	0,05	50,00	2,50						
		Сл. масло		0,005	0,005	955,00	4,78	5,7	1,65	32,55	167,7		№302
Соль повар		0,002	0,002	18,00	0,04								
2	Каша пшеничная	150,5											
3	Чай с сахаром	Чай		0,001	0,001	750,00	0,75	0,2	0	14	56	№1167	
		Сахар		0,015	0,015	72,00	1,08						
4	Хлеб	Хлеб		0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
		Яблоко		0,19	0,19	55,00	10,45	0,72	0,72	17,64	84,6	№338	
5	Яблоко	190											
Итого за день:							69,09	26,84	13,67	93,9	618,9		

1 неделя - вторник

№	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника		
	Завтрак	г	г	г	руб/кг	руб/кг	г	г	г	г				
1	Жаркое из говядины	240	Мясо гов	0,12	0,08	580,00	69,60					Могильный М.П.		
			Соль иодиров	0,002	0,002	18,00	0,04							
			Картофель	0,18	0,16	50,00	9,00							
			Лук	0,008	0,007	45,00	0,36							
			Томат	0,005	0,005	285,00	1,43							
			Морковь	0,005	0,004	40,00	0,20	12,24	20,6	18,72	300		№120609	
			Мука	0,002	0,002	30,00	0,06							
			Вода	0,07			0,00							
			Масло раст	0,008	0,008	140,00	1,12							
			Хлеб	0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4		№701,1	
3	Яблоко	190	0,19	0,19	55,00	10,45	0,76	0,76	18,62	89,3	№338			
4	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75							
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№1167		
Итого за день:						97,08	19,62	24,06	77,44	609,7				

1 неделя среда

№	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника												
													г	г	г	г	г							
1	Завтрак	Тфтели из говядины	90									Могильный М.П.												
													Мясо гов	0,09	0,065	580,00	52,20							
													Була	0,2			0,00							
													Дук	0,01	0,008	45,00	0,45							
													Соль	0,002	0,002	18,00	0,04							
													Рис	0,007	0,007	90,00	0,63	9	10,8	5,4	154,8	№418		
													Масло раст	0,005	0,005	140,00	0,70							
													Масло раст	0,003	0,003	140,00	0,42							
													Мука	0,003	0,003	30,00	0,09							
													Томат	0,005	0,005	285,00	1,43	4,95	2,5	5	61,55	№968		
													Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20							
													Дук	0,002	0,001	45,00	0,09							
													Сахар	0,001	0,001	72,00	0,07							
Соль	0,001	0,001	18,00	0,02																				
Речка	0,071	0,071	55,00	3,91																				
Слив масло	0,006	0,006	955,00	5,73	5,89	11,4	25,5	227,7	№186															
Соль	0,002	0,002	18,00	0,04																				
4	Огурцы свежие	70	0,075	0,07	200,00	15,00	0,56	0,07	1,96	10,5	№338													
													Хлеб	0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1		
5	Хлеб	60	0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1													
													Чай	0,001	0,001	750,00	0,75							
6	Чай с сахаром	200/15	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№1167													
													Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08							
Итого за день:												85,83	27,02	27,47	77,96	613,4								

1 неделя - четверг

№	Масса порции	Продукты	Брутто		Нетто		Цена за кг	Сумма в рублях	Б	Ж	У	Кусал	№ техн. карты	Наименование сборника															
			г	г	г	г																							
1	Котлеты из говядины	Завтрак	г	0,090	0,065	580,00	52,20	11,70	12,60	14,85	223,20	№416		Мясильный М.П.															
															Мясо гов	0,090	0,065	580,00	52,20										
															Була	0,027			0,00										
															Хлеб	0,016	0,016	50,00	0,80										
															Дук	0,011	0,009	45,00	0,50										
															Мука	0,009	0,009	30,00	0,27										
															Масло раст	0,005	0,005	140,00	0,70										
															Соль	0,002	0,002	18,00	0,04										
															Яйцо	0,005	0,004	167,00	0,84										
															Масло раст	0,003	0,003	140,00	0,42										
2	Соус красный основной		г	0,003	0,003	30,00	0,09	4,95	2,5	5	61,55	№968																	
															Мука	0,003	0,003	30,00	0,09										
															Томат	0,005	0,005	285,00	1,43										
															Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20										
															Дук	0,002	0,001	45,00	0,09										
															Сахар	0,001	0,001	72,00	0,07										
															Соль	0,001	0,001	18,00	0,02										
															Перловка	0,050	0,050	35,00	1,75										
															Слив масло	0,006	0,006	955,00	5,73										
															Соль	0,002	0,002	18,00	0,04										
3	Каша перловая		г	0,08	0,06	45,00	3,60	1,8	5,1	10,8	96,6	№52																	
															Света	0,08	0,06	45,00	3,60										
															Раст масло	0,005	0,005	135,00	0,68										
4	Салат из вареной свеклы		г	0,001	0,001	18,00	0,02	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1																	
															Соль иодиров	0,001	0,001	18,00	0,02										
															Хлеб	0,060	0,060	50,00	3,00										
5	Хлеб		г	0,004	0,004	1000,00	4,00	7,00	4,60	19,40	154,00	№382																	
															Какао	0,004	0,004	1000,00	4,00										
															Сахар	0,020	0,020	72,00	1,44										
6	Какао с молоком		г	0,100	0,100	85,00	8,50	35,62	32	103,45	803,50																		
															Молоко	0,100	0,100	85,00	8,50										
Итого за день:													86,44	35,62	32	103,45	803,50												

1 неделя - пятница

№	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма рубль	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
1	Котлеты из курин филе	Куриное филе	0,12	0,09	420,00	50,40						Мотильный М.П.
		Соль иод	0,002	0,002	18,00	0,04						
		Лук	0,008	0,006	45,00	0,36	19,80	11,34	5,29	201,00	№406	
		Яицо	0,005	0,004	167,00	0,84						
		Масло раст	0,005	0,005	140,00	0,70						
		Хлеб	0,008	0,008	50,00	0,40						
		Сметана	0,01	0,01	278,00	2,78						
		Мука	0,003	0,003	30,00	0,09	1	2,85	2,6	39	№554	
		Масло слив	0,003	0,003	955,00	2,87						
		Соль иод	0,001	0,001	18,00	0,02						
2	Соус сметанный	Макаронны	0,053	0,053	38,00	2,01						
		Слив масло	0,007	0,007	955,00	6,69	6	1,35	38,2	180,3	№203	
		Соль иод	0,002	0,002	18,00	0,04						
4	Хлеб	Хлеб	0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
		Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
5	Чай с сахаром	Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№1167	
		Итого за день:				72,05	33,42	18,24	86,19	601,70		

Итого за весь период

Среднее значение за период

410,49    142,52    115,44    438,94    3247,20  
82,0978    28,504    23,088    87,788    649,44

2 неделя - понедельник

№	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	г		г	г	руб/кг	руб/кг	г	г	г	г		
1	240	Мясо говяж	0,120	0,080	580,00	69,60					№381	Могильный М.П.
		Соль колдр	0,003	0,003	18,00	0,05						
		Рис	0,080	0,080	90,00	7,20						
		Дук	0,010	0,008	45,00	0,45	19,2	9,6	93,6	525,6		
		Морковь	0,010	0,010	40,00	0,40						
		Масло раст	0,010	0,010	140,00	1,40						
		Томат	0,003	0,003	285,00	0,86						
2	190	Яблоки свежие	0,190	0,190	55,00	10,45	0,72	0,72	17,64	84,6		
3	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,2	0	14	56	№1167	
		Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						
4	60	Хлеб	0,060	0,060	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
Итого за день:						95,24	26,54	13,02	151,34	830,60		

## 2 неделя - вторник

№	Завтрак	Масса порции г	Продукты	Брутто г	Нетто г	Цена за кг	Сумма руб/ли	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименовани е сборника
1	Биточки из говядины	90	Мясо говядк	0,09	0,065	580,00	52,20						Могильный М.П.
			Хлеб пшеничн	0,01	0,01	50,00	0,50						
			Раст масло	0,005	0,005	140,00	0,70						
			Дук	0,005	0,004	45,00	0,23	14,31	10,71	7,02	181,8	№795	
			Яино	0,005	0,004	167,00	0,84						
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Масло раст	0,003	0,003	140,00	0,42						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Томат	0,005	0,005	285,00	1,43	4,95	2,5	5	61,55	№968	
			Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20						
2	Соус красный основной	50	Дук	0,002	0,001	45,00	0,09						
			Сахар	0,001	0,001	72,00	0,07						
			Соль	0,001	0,001	18,00	0,02						
			Петровка	0,05	0,05	38,00	1,90	3,75	4,50	27,30	165,30	№60	
			Слив масло	0,006	0,006	955,00	5,73						
3	Каша перловая	150	Соль нод	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Хлеб пшеничн	0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
			Кисель	0,03	0,03	210,00	6,30						
5	Кисель	200/15	Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0	0	13,8	55,6	№1096	
			Яблоки	0,19	0,19	55,00	10,45	0,72	0,72	17,64	84,6	№338	
6	Яблоки	190	Яблоки	0,19	0,19	55,00	10,45	0,72	0,72	17,64	84,6	№338	
			Итого за день:				85,31	30,15	21,13	96,86	713,25		



## 2 неделя - среда

№	Завтрак	Масса порции г	Продукты	Брутто г	Нетто г	Цена за кг	Сумма рубли	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименовани е сборника	
														г
1	Котлеты из куриного филе	90	Куриное филе	0,12	0,09	420,00	50,40					№406	Могильный М.П.	
			Дук	0,008	0,006	45,00	0,36							
			Раст масло	0,005	0,005	140,00	0,70							
			Хлеб	0,01	0,01	50,00	0,50	19,8	11,34	5,29	201			
			Яицо	0,005	0,005	167,00	0,84							
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04							
			Сметана	0,01	0,01	278,00	2,78							
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09	1	2,85	2,6	39			№554
			Масло слив	0,003	0,003	955,00	2,87							
			Соль iod	0,001	0,001	18,00	0,02							
2	Соус сметанный	50	Пшено	0,05	0,05	50,00	2,50	5,7	1,65	32,6	167,7	№302		
			Слив масло	0,005	0,005	955,00	4,78							
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04							
			Капуста	0,103	0,085	40,00	4,12	1,5	1,7	7,2	50,2	№91		
			Раст масло	0,008	0,008	140,00	1,12							
			Соль	0,001	0,001	18,00	0,02							
4	Салат из свежей капусты	100	Сахар	0,002	0,002	72,00	0,14							
			Морковь	0,016	0,014	40,00	0,64							
			Зеленый горошек	0,016	0,015	114,00	1,82							
			Хлеб пшеничн	0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1		
5	Хлеб	60	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,2	0	14	56	№1167		
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08							
6	Чай с сахаром	200												
Итого за день:							78,59	34,62	20,24	87,79	678,3			

## 2 недели - четверг

№	Завтрак	Масса порции г	Продукты	Брутто г	Нетто г	Цена за кг	Сумма рубли	Б г	Ж г	У г	Ккал г	№ техн, карты	Наименовани е борника
1	Рыба тушеная	90	Рыба заморож	0,172	0,103	180,00	30,96	11,97	9,63	1,71	141,84	№638	Могильный М.П.
			Мука	0,005	0,005	30,00	0,15						
			Соль мол	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Масло раст	0,01	0,01	140,00	1,40						
			Масло раст	0,003	0,003	140,00	0,42						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
2	Соус красный основной	50	Томат	0,005	0,005	285,00	1,43	4,95	2,5	5	61,55	№968	
			Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20						
			Дук	0,002	0,001	45,00	0,09						
			Сахар	0,001	0,001	72,00	0,07						
			Соль	0,001	0,001	18,00	0,02						
			Макаронь	0,053	0,053	38,00	2,01						
			Слив масло	0,007	0,007	955,00	6,69						
			Соль мол	0,002	0,002	18,00	0,04						
3	Макаронь	150	Макаронь	0,007	0,007	955,00	6,69	6	1,35	38,2	180,3	№203	
			Слив масло	0,002	0,002	18,00	0,04						
4	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
			Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
5	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№1167	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						
6	Мармелад	30	Мармелад	0,03	0,03	500,00	15,00	0,42	2,67	22,47	108,5	№119	
Итого за день							63,43	29,96	18,85	107,48	712,59		

## 2 недели - пятница

№	Завтрак	Масса порции г	Продукты	Брутто г	Нетто г	Цена за кг	Сумма руб/ли	Б г	Ж г	У г	Ккал г	№ техн, карты	Наименовани е сборника
1	Котлеты из куриного филе	90	Куриное филе	0,12	0,09	420,00	50,40					№406	Могильный М.П.
			Лук	0,008	0,006	45,00	0,36						
			Раст масло	0,005	0,005	140,00	0,70						
			Хлеб	0,01	0,01	50,00	0,50	19,8	11,34	5,29	201		
			Яйцо	0,005	0,005	167,00	0,84						
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04						
2	Соус сметанный	50	Сметана	0,01	0,01	278,00	2,78					39 №554	
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09	1	2,85	2,6			
			Масло слив	0,003	0,003	955,00	2,87						
			Соль мол	0,001	0,001	18,00	0,02						
			Картофель	0,18	0,16	50,00	9,00						
			Слив масло	0,004	0,004	955,00	3,82	3,15	6,9	12,75	122,55		№903
3	Пюре картофельное	150	Молоко	0,03	0,03	70,00	2,10						
			Соль молкр	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Хлеб	0,06	0,06	50,00	3,00	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
4	Хлеб	60	Какао	0,004	0,004	1000,00	4,00						
			Молоко	0,1	0,1	70,00	7,00	7,00	4,60	19,40	154,00	№382	
5	Какао	200/15	Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						
			Итого за день:			88,62	37,37	28,39	66,14	680,95			

Итого за весь период

Среднее значение за период

411,18

82,24

158,64

31,73

101,63

20,33

509,61

101,92

3615,69

723,14