



Директор МКОУ СОШ с.п. Ново-Хамидие

Примерное десятидневное меню горячих школьных завтраков
для организации питания детей 7-11 лет МКОУ СОШ с.п. Ново-Хамидие
2023-2024 учебный год

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

1 неделя - понедельник

| № | Завтрак | Масса порции | Продукты | Брутто | | Нетто | | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника | | |
|-----------------------|------------------------------|--------------|--------------|--------|-------|--------|-------|------------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------|-----------------------|--|--|
| | | | | г | г | г | г | | | | | | | | | | |
| 1 | Бифстроанов из куриного филе | 50\50 | Куриное филе | 0,08 | 0,05 | 400,00 | 32,00 | | | | | | | | С.В.Маслова | | |
| | | | | 0,005 | 0,005 | 17,00 | 0,09 | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,005 | 0,008 | 30,00 | 0,15 | | | 14,8 | 6,2 | 4,3 | 135 | №120535 | | | |
| | | | | 0,02 | 0,01 | | 0,00 | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,008 | 0,008 | 130,00 | 1,04 | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,003 | 0,003 | 667,00 | 2,00 | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,003 | 0,003 | 30,00 | 0,09 | | | | | | | | | | |
| 2 | Каша пшеничная | 150\5 | Сметана | 0,01 | 0,01 | 220,00 | 2,20 | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,05 | 0,05 | 50,00 | 2,50 | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,005 | 0,005 | 667,00 | 3,34 | | | 3,75 | 2,25 | 15,5 | 106,5 | №120535 | | | |
| 3 | Зеленый горошек | 50 | Соль иодир | 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,05 | 0,05 | 100,00 | 5,00 | | | 1,5 | 0,25 | 4,9 | 26 | | | | |
| 4 | Чай с сахаром | 200\15 | Чай | 0,001 | 0,001 | 750,00 | 0,75 | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | | | 0,2 | 0 | 14 | 56 | №160105 | | | |
| | | | | 0,06 | 0,06 | 44,00 | 2,64 | | | 5,3 | 1,98 | 28,02 | 159,6 | №200102 | | | |
| Итого за день: | | | | | | | | | | 25,55 | 10,68 | 66,72 | 483,1 | | | | |

1 неделя -вторник

| № | Завтрак | Масса порции | Продукты | Брутто | | Нетто | | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника | | |
|-----------------------|--------------------|--------------|--------------|--------|-------|--------|-------|------------|-------|-------|-------|-------|--------|---------------|-----------------------|-------------|---------|
| | | | | Г | г | Г | г | | | | | | | | | Г | г |
| 1 | Жаркое из говядины | 230 | Мясо гов | 0,11 | 0,065 | 580,00 | 63,80 | | | | | | | | | С.В.Маслова | |
| | | | Соль иодиров | 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | | | | | | | | | | |
| | | | Картофель | 0,18 | 0,16 | 30,00 | 5,40 | | | | | | | | | | |
| | | | Лук | 0,008 | 0,007 | 30,00 | 0,24 | | | | | | | | | | |
| | | | Томат | 0,005 | 0,005 | 250,00 | 1,25 | | | | | | | | | | |
| | | | Морковь | 0,005 | 0,004 | 45,00 | 0,23 | | | | | 4,89 | 9,16 | 20,41 | 183,64 | | №120609 |
| | | | Мука | 0,002 | 0,002 | 30,00 | 0,06 | | | | | | | | | | |
| | | | Вода | 0,07 | | | 0,00 | | | | | | | | | | |
| | | | Масло раст | 0,005 | 0,005 | 130,00 | 0,65 | | | | | | | | | | |
| | | | Хлеб | 0,06 | 0,06 | 44,00 | 2,64 | | | | | 5,3 | 1,98 | 28,02 | 159,6 | | №200102 |
| 3 | Хлеб пшеничн | 60 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0,001 | 0,001 | 750,00 | 0,75 | | | | | | | | | | |
| | | | Сахар | 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | | | | 0,2 | 0 | 14 | 56 | №160105 | | |
| Итого за день: | | | | | | | | | | 10,39 | 11,14 | 62,43 | 399,24 | | | | |

1 неделя - среда

| № | Продукты | Масса порции | Брутто | Нетто | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника | | |
|-----------------------|----------|--------------|--------|-------|------------|-------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|-----------------------|-------------|---|
| | | | | | | | | | | | | | г | г |
| 1 | Завтрак | 80\50 | 0,09 | 0,065 | 580,00 | 52,20 | | | | | | | С.В.Маслова | |
| | | | 0,2 | | | 0,00 | | | | | | | | |
| | | | 0,003 | 0,004 | 45,00 | 0,14 | | | | | | | | |
| | | | 0,01 | 0,008 | 30,00 | 0,30 | | | | | | | | |
| | | | 0,005 | 0,005 | 17,00 | 0,09 | | | | | | | | |
| | | | 0,005 | 0,005 | 95,00 | 0,48 | | | | | | | | |
| | | | 0,003 | 0,003 | 30,00 | 0,09 | | | | | | | | |
| | | | 0,003 | 0,003 | 250,00 | 0,75 | | | | | | | | |
| | | | 0,004 | 0,003 | 200,00 | 0,80 | | | | | | | | |
| | | | 0,05 | 0,05 | | 0,00 | | | | | | | | |
| | | | 0,005 | 0,005 | 130,00 | 0,65 | | | | | | | | |
| | | | 0,05 | 0,05 | 65,00 | 3,25 | | | | | | | | |
| | | | 0,005 | 0,005 | 667,00 | 3,34 | | | | | | | | |
| 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | | | | | | | | | | | |
| 0,06 | 0,05 | 180,00 | 10,80 | | | | | | | | | | | |
| 0,06 | 0,06 | 44,00 | 2,64 | | | | | | | | | | | |
| 0,001 | 0,001 | 750,00 | 0,75 | | | | | | | | | | | |
| 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | | | | | | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 38,77 | 15,66 | 157,35 | 891,1 | | | | |

1 неделя - четверг

| № | Завтрак | Масса порции | Продукты | Брутто | Нетто | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника |
|---|---------------------|--------------|-----------------------|--------|-------|------------|-------|-------|-------|-------|--------|---------------|-----------------------|
| | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Котлеты из говядины | 80\50 | Мясо гов | 0,090 | 0,065 | 580,00 | 52,20 | 10,88 | 12,75 | 1,95 | 166,40 | №229 | С.В.Маслова |
| | | | Вода | 0,027 | | | 0,00 | | | | | | |
| | | | Морковь | 0,005 | 0,004 | 45,00 | 0,23 | | | | | | |
| | | | Лук | 0,005 | 0,004 | 30,00 | 0,15 | | | | | | |
| | | | Томат | 0,005 | 0,005 | 250,00 | 1,25 | | | | | | |
| | | | Соль | 0,003 | 0,003 | 17,00 | 0,05 | | | | | | |
| | | | Хлеб | 0,010 | 0,010 | 44,00 | 0,44 | | | | | | |
| | | | Мука | 0,003 | 0,003 | 30,00 | 0,09 | | | | | | |
| | | | Яйцо | 0,004 | 0,003 | 200,00 | 0,80 | | | | | | |
| | | | Раст масло | 0,005 | 0,005 | 130,00 | 0,65 | | | | | | |
| 2 | Перловка отварная | 150 | Перловка | 0,050 | 0,050 | 35,00 | 1,75 | 2,80 | 0,30 | 20,10 | 94,50 | №120535 | |
| | | | Слив масло | 0,005 | 0,005 | 667,00 | 3,34 | | | | | | |
| | | | Соль | 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | | | | | | |
| 4 | Хлеб пшеничн 0,6г | 60 | Хлеб | 0,060 | 0,060 | 44,00 | 2,64 | 5,3 | 1,98 | 28,02 | 159,6 | №200102 | |
| | | | Какао-порошок | 0,003 | 0,003 | 800,00 | 2,40 | | | | | | |
| 5 | Какао с молоком | 200/20 | Сахар | 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | 5,80 | 5,80 | 34,40 | 205,60 | №160101 | |
| | | | Молоко | 0,090 | 0,090 | 65,00 | 5,85 | | | | | | |
| 6 | Яблоко | 180 | Яблоко | 0,18 | 0,18 | 60,00 | 10,80 | 0,80 | 0,80 | 9,75 | 94,00 | №210106 | |
| | | | Итого за день: | | | | 83,80 | | | | | | |

1 неделя - пятница

| | Завтрак | Масса порции | Продукты | Брутто | Нетто | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника |
|-----------------------|---|--------------|--------------|--------|-------|------------|-------|------|------|-------|-------|---------------|-----------------------|
| | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Коплеты из курин филе со сметанным соусом | 80\50 | Куриное филе | 0,12 | 0,09 | 400,00 | 48,00 | 14,6 | 4,05 | 2,8 | 105,8 | №120549 | С.В.Маслова |
| | | | Соль иод | 0,003 | 0,003 | 17,00 | 0,05 | | | | | | |
| | | | Лук | 0,005 | 0,004 | 30,00 | 0,15 | | | | | | |
| | | | Яицо (60гр) | 0,005 | 0,004 | 200,00 | 1,00 | | | | | | |
| | | | Сметана | 0,005 | 0,005 | 220,00 | 1,10 | | | | | | |
| | | | Масло раст | 0,005 | 0,005 | 130,00 | 0,65 | | | | | | |
| | | | Хлеб | 0,008 | 0,008 | 44,00 | 0,35 | | | | | | |
| Молоко | 0,01 | 0,01 | 65,00 | 0,65 | | | | | | | | | |
| 2 | Макаронны отварные | 150 | Макаронны | 0,05 | 0,05 | 38,00 | 1,90 | 6 | 1,35 | 38,3 | 514,5 | №120539 | |
| | | | Слив масло | 0,005 | 0,005 | 667,00 | 3,34 | | | | | | |
| | | | Соль иод | 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | | | | | | |
| 4 | Хлеб пшен | 60 | Хлеб | 0,06 | 0,06 | 44,00 | 2,64 | 5,3 | 1,98 | 28,02 | 159,6 | №200102 | |
| 5 | Чай с сахаром | 200\15 | Чай | 0,001 | 0,001 | 750,00 | 0,75 | 0,4 | 0,2 | 21,6 | 83,4 | №160105 | |
| | | | Сахар | 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 61,71 | 26,3 | 7,58 | 90,72 | 863,3 | | |

Итого за весь период

Среднее значение за период

351,96 126,59 66,69 471,44 3356,84
70,3912 25,318 13,338 94,288 671,368

2 неделя - понедельник

| № | Завтрак | Масса порции | Продукты | Брутто | | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника |
|-----------------------|----------------------|--------------|---------------|--------|-------|------------|-------|-------|-------|--------|--------|---------------|-----------------------|
| | | | | Г | г | | | | | | | | |
| 1 | Плов из говядины | 230 | Мясо говяж | 0,110 | 0,080 | 580,00 | 63,80 | 27,2 | 29,3 | 49,2 | 569,6 | №120537 | С.В.Маслова |
| | | | Соль иодир | 0,003 | 0,003 | 17,00 | 0,05 | | | | | | |
| | | | Рис | 0,065 | 0,065 | 95,00 | 6,18 | | | | | | |
| | | | Лук | 0,010 | 0,008 | 30,00 | 0,30 | | | | | | |
| | | | Морковь | 0,010 | 0,010 | 45,00 | 0,45 | | | | | | |
| | | | Масло раст | 0,010 | 0,010 | 130,00 | 1,30 | | | | | | |
| 3 | Зеленый горошек | 50 | Томат | 0,003 | 0,003 | 250,00 | 0,75 | 1,5 | 0,25 | 3,7 | 29 | №120561 | |
| | Чай с сахаром | 200\15 | Зеленый горош | 0,050 | 0,050 | 100,00 | 5,00 | 0,4 | 0,2 | 21,6 | 83,4 | №160105 | |
| | | | Чай | 0,001 | 0,00 | 750,00 | 0,75 | | | | | | |
| 5 | Хлеб пшеничн (600гр) | 60 | Сахар | 0,015 | 0,02 | 73,00 | 1,095 | 5,34 | 1,98 | 28,02 | 159,6 | №200102 | |
| | | | Хлеб | 0,060 | 0,060 | 44,00 | 2,64 | 34,44 | 31,73 | 102,52 | 841,60 | | |
| Итого за день: | | | | | | | 82,31 | | | | | | |

2 неделя - вторник

| № | Масса порции | Продукты | Брутто | Нетто | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника |
|----------------|---------------|--------------|--------|-------|------------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------|-----------------------|
| | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | руб | | | | | | С.В.Маслова |
| | | Мясо говяж | 0,09 | 0,065 | 580,00 | 52,20 | | | | | | |
| | | Хлеб пшеничн | 0,01 | 0,01 | 44,00 | 0,44 | | | | | | |
| | | Раст масло | 0,005 | 0,005 | 130,00 | 0,65 | | | 6,8 | 185,5 | №120609 | |
| | | Лук | 0,005 | 0,004 | 30,00 | 0,15 | 13,8 | 10,5 | | | | |
| | | Яйцо | 0,005 | 0,004 | 200,00 | 1,00 | | | | | | |
| | | Томат | 0,005 | 0,005 | 250,00 | 1,25 | | | | | | |
| | | Мука | 0,003 | 0,003 | 30,00 | 0,09 | | | | | | |
| | | Соль иод | 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | 2,80 | 0,30 | 20,10 | 94,50 | №120207 | С.В.Маслова |
| 2 | Каша перловая | Перловка | 0,05 | 0,05 | 35,00 | 1,75 | | | | | | |
| | | Слив масло | 0,004 | 0,004 | 667,00 | 2,67 | | | | | | |
| | | Соль иод | 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | | | | | | |
| 4 | Хлеб (600гр) | Хлеб пшеничн | 0,05 | 0,05 | 44,00 | 2,20 | 5,34 | 1,98 | 28,02 | 159,6 | №200102 | С.В.Маслова |
| 5 | Кисель | Кисель | 0,03 | 0,03 | 210,00 | 6,30 | | | | | | |
| | | Сахар | 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | 0 | 0 | 13,8 | 55,6 | №160105 | С.В.Маслова |
| 6 | Яблоки | Яблоки | 0,18 | 0,18 | 60,00 | 10,80 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | №210110 | С.В.Маслова |
| Итого за день: | | | | | | | 80,66 | 22,74 | 13,58 | 88,32 | 589,2 | |

2 неделя - среда

| № | Завтрак | Масса порции | Продукты | Брутто | Нетто | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника | |
|-----------------------|---------------------|--------------|--------------|--------|-------|------------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------|-----------------------|---|
| | | | | | | | | | | | | | | г |
| 1 | Котлеты из говядины | 80\50 | Мясо гов | 0,09 | 0,065 | 580,00 | 52,20 | | | | | №12 | С.В.Маслова | |
| | | | Лук | 0,005 | 0,004 | 30,00 | 0,15 | | | | | | | |
| | | | Раст масло | 0,005 | 0,005 | 130,00 | 0,65 | | | | | | | |
| | | | Мука | 0,003 | 0,003 | 30,00 | 0,09 | 13,8 | 10,5 | 6,8 | 185,5 | | | |
| | | | Томат | 0,005 | 0,005 | 250,00 | 1,25 | | | | | | | |
| | | | Яйцо | 0,005 | 0,005 | 200,00 | 1,00 | | | | | | | |
| 2 | Каша гречневая | 150 | Хлеб | 0,008 | 0,008 | 44,00 | 0,35 | | | | | №200102 | | |
| | | | Соль | 0,003 | 0,003 | 17,00 | 0,05 | | | | | | | |
| | | | Гречка | 0,05 | 0,05 | 65,00 | 3,25 | 5,7 | 3,3 | 25,6 | 152 | | | |
| | | | Слив масло | 0,005 | 0,005 | 667,00 | 3,34 | | | | | | | |
| 3 | Хлеб (600гр) | 60 | Соль | 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | | | | | | | |
| | | | Хлеб пшеничн | 0,06 | 0,06 | 44,00 | 2,64 | 5,34 | 1,98 | 28,02 | 159,6 | | | |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | Чай | 0,001 | 0,001 | 750,00 | 0,75 | 0,4 | 0,2 | 21,6 | 83,4 | | | |
| | | | Сахар | 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | | 66,85 | 25,24 | 15,98 | 82,02 | 580,5 | | |

| 2 неделя - четверг | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|-----------------------|--------------|--------------|--------|-------|--------|------------|-------|------|------|--------|---------|---------------|-----------------------|--------|--------|---|---|
| № | Завтрак | Масса порции | Продукты | Брутто | | Нетто | Цена за кг | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника | | | | |
| | | | | г | г | | | | | | | | | | г | г | г | г |
| 1 | Рыба тушеная с соусом | 75\50 | Рыба заморож | 0,13 | 0,12 | 190,00 | 24,70 | 7,8 | 9,38 | 3,68 | 129,53 | №229 | С.В.Маслова | | | | | |
| | | | Томат | 0,005 | 0,005 | 250,00 | 1,25 | | | | | | | | | | | |
| | | | Соль иод | 0,005 | 0,005 | 17,00 | 0,09 | | | | | | | | | | | |
| | | | Лук | 0,01 | 0,009 | 30,00 | 0,30 | | | | | | | | | | | |
| | | | Сахар | 0,001 | 0,001 | 73,00 | 0,07 | | | | | | | | | | | |
| | | | Морковь | 0,005 | 0,004 | 45,00 | 0,23 | | | | | | | | | | | |
| | | | Мука | 0,005 | 0,005 | 30,00 | 0,15 | | | | | | | | | | | |
| 2 | Макароны | 150\5 | Макароны | 0,05 | 0,05 | 38,00 | 1,90 | 6 | 1,35 | 38,3 | 180,3 | №120535 | | | | | | |
| 4 | Хлеб (600гр) | 60 | Хлеб пшеничн | 0,06 | 0,06 | 44,00 | 2,64 | 7,12 | 2,64 | 37,4 | 212,8 | №200102 | | | | | | |
| 5 | Чай с сахаром | 200\15 | Чай | 0,001 | 0,001 | 750,00 | 0,75 | 0,4 | 0,2 | 21,6 | 83,4 | №160106 | | | | | | |
| | | | Сахар | 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | | | | | | | | | | | |
| 6 | Мармелад | 30 | Мармелад | 0,03 | 0,03 | 500,00 | 15,00 | 0,1 | 0 | 0,21 | 100,2 | №210106 | | | | | | |
| Итого за день | | | | | | | | | | | | 52,84 | 21,42 | 13,57 | 101,19 | 706,23 | | |

| 2 неделя - пятница | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|----------|--------------|--------|-------|------|-------|---|---|---|------|---------------|-----------------------|
| № | Продукты | Масса порции | Брутто | Нетто | Цена | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № техн. карты | Наименование сборника |

| Завтрак | Г | Г | Г | Г | Г | Г | руб | руб | Г | Г | Г | Г | Г | Г | Г | Г | Г | Г | Г | Г | Г | | | | | | |
|---------|--|--------|-----------------------|-------|-------|--------|-------|-----|---|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|---|---|---|---|---|--|--|--|---------|------|--|
| 1 | Котлеты из куриного филе со сметанным соусом | 75\50 | Куриное филе | 0,11 | 0,09 | 400,00 | 44,00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Соль иодир | 0,003 | 0,003 | 17,00 | 0,05 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Хлеб пшеничн | 0,008 | 0,008 | 44,00 | 0,35 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Лук | 0,005 | 0,005 | 30,00 | 0,15 | | | | 14,6 | 4,05 | 2,8 | | | 105,8 | | | | | | | | | №120549 | | |
| | | | Мука пш | 0,003 | 0,003 | 30,00 | 0,09 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Сметана | 0,005 | 0,005 | 220,00 | 1,10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Яйцо | 0,004 | 0,003 | 200,00 | 0,80 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Масло раст | 0,005 | 0,005 | 130,00 | 0,65 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Вода | 0,27 | | | 0,00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Картофель | 0,18 | 0,16 | 30,00 | 5,40 | | | | | 3,2 | 1,2 | 22,05 | | 112,5 | | | | | | | | | | №179 | |
| 2 | Пюре картофельное | 150 | Слив масло | 0,004 | 0,004 | 667,00 | 2,67 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Молоко | 0,03 | 0,03 | 65,00 | 1,95 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Соль иодир | 0,002 | 0,002 | 17,00 | 0,03 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Хлеб (600гр) | 50 | Хлеб пшеничн | 0,05 | 0,05 | 44,00 | 2,20 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Какао | 0,003 | 0,003 | 750,00 | 2,25 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Какао | 200\15 | Молоко | 0,09 | 0,09 | 65,00 | 5,85 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Сахар | 0,015 | 0,015 | 73,00 | 1,10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Итого за день: | | | | 68,64 | | | 28,94 | 13,03 | 87,27 | | | 583,5 | | | | | | | | | | | | |

Итого за весь период 351,30 132,78 87,89 461,32 3301,03
Среднее значен за период 70,26 26,56 17,58 92,26 660,21