

Утверждаю
Директор МКОУ СОШ с.п. Н-Хамидие



«22» 05 2026 г.

А.А. Кожаяев

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков
для питания детей 7-11лет МКОУ СОШ с.п. Ново-Хамидие

2026-2027

Примерное двухнедельное 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	руб/ли	г	г	г	г			
1	Бефстроганов из куриного филе	Кириное филе	0,1	0,09	490,00	49,00	13,8	8,6	3,61	146,2	№290	Мотильный М.П.	
		Соль подпир	0,005	0,005	20,00	0,10							
		Лук	0,01	0,008	30,00	0,30							
		Вода	0,02	0,01		0,00							
		Масло раст	0,01	0,01	170,00	1,70							
		Мука	0,005	0,005	34,00	0,17							
		Сметана	0,015	0,015	278,00	4,17							
		Пшено	0,06	0,06	70,00	4,20							
2	Каша пшенная	150\5	Сл масло	0,006	0,006	805,00	4,83	5,7	1,65	32,55	167,7	№302	
		Соль подпир	0,002	0,002	20,00	0,04							
3	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	800,00	0,80	0,2	0	14	56	№1167	
		Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13							
4	Огурцы свеж в нарезке	80	Огурцы свеж	0,09	0,08	120,00	10,80	0,64	0,08	2,24	12		
5	Хлеб пшеничн	60	Хлеб	0,06	0,06	58,00	3,48	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
Итого за день:						80,72	26,76	13,03	78,5	534,3			

1 неделя - вторник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	руб/ли	г	г	г	г		Мотильный М.П.
1	Котлеты из говядины	90	Мясо гов	0,08	0,07	750,00	60,00	11,7	12,6	14,85	223,2	№416	
			Соль иодиров	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Лук	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Хлеб	0,016	0,016	50,00	0,80						
			Мука	0,005	0,005	34,00	0,17						
			Дйио	0,002	0,002	150,00	0,30						
			Масло раст	0,003	0,003	170,00	0,51						
			Масло раст	0,003	0,003	170,00	0,51						
			Мука	0,003	0,003	34,00	0,10						
			Томат	0,005	0,005	300,00	1,50						
2	Соус красный основной	50	Морковь	0,002	0,003	35,00	0,07	4,95	2,5	5	61,55	№968	
			Лук	0,002	0,001	30,00	0,06						
			Сахар	0,001	0,001	75,00	0,08						
			Соль иодиров	0,001	0,001	20,00	0,02						
			Перловка	0,05	0,05	40,00	2,00						
			Слив масло	0,002	0,002	805,00	1,61						
			Соль иодиров	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Хлеб	0,06	0,06	58,00	3,48						
			Какао	0,003	0,003	1200,00	3,60						
			Молоко	0,09	0,09	85,00	7,65						
3	Каша перловая	150	Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
5	Хлеб пшеничн	60										№382	
6	Какао с молоком	200/20											
Итого за день:							83,75	33,82	26,9	92,65	768,45		

1 неделя - среда													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ тех. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рублн	г	г	г	г		
1	Жаркое из говядины	240	Мясо гов	0,090	0,070	750,00	67,50	12,24	20,60	18,72	300,00	№120609	пищевые лаги
			Вода	0,027		0,00							
			Картофель	0,180	0,160	35,00	6,30						
			Дук	0,005	0,004	30,00	0,15						
			Томат	0,005	0,005	300,00	1,50						
			Масло раст	0,008	0,008	170,00	1,36						
			Морковь	0,005	0,004	35,00	0,18						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Мука	0,002	0,002	34,00	0,07						
2	Огурцы свеж в нарезке	60	Огурцы свеж	0,06	0,06	120,00	7,20	0,64	0,08	2,24	12		
3	Хлеб	60	Хлеб	0,060	0,060	58,00	3,48	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
4	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	800,00	0,80	0,2	0	14	56	№1167	
			Сахар	0,010	0,010	75,00	0,75						
Итого за день						89,32	19,50	23,38	61,06	532,40			

1 неделя четверг													
№		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	Рыба тушеная	90	Рыба заморож	0,16	0,12	300,00	48,00	11,97	9,63	1,71	141,84 №638	Могильный М.П.	
			Мука	0,005	0,005	34,00	0,17						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Масло раст	0,01	0,01	170,00	1,70						
			Масло раст	0,003	0,003	170,00	0,51						
2	Соус красный основной	50	Мука	0,003	0,003	34,00	0,10	4,95	2,5	5	61,55 №968		
			Томат	0,003	0,003	300,00	0,90						
			Морковь	0,003	0,003	35,00	0,11						
			Лук	0,005	0,004	30,00	0,15						
			Сахар	0,001	0,001	75,00	0,08						
			Соль	0,001	0,001	20,00	0,02						
			Картофель	0,18	0,18	35,00	6,30						
3	Пюре картофельное	150	Слив масло	0,005	0,005	805,00	4,03	3,15	6,9	12,75	122,55 №903		
			Молоко	0,04	0,04	88,00	3,52						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
4	Яблоко свеж	230	Яблоко	0,23	0,23	50,00	11,50	9,2	9,2	22,54	108,1		
5	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	58,00	3,48	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
6	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	800,00	0,80						
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13	0,2	0	14	56	№1167	
Итого за день:							82,56	35,89	30,93	82,1	654,44		

2 неделя - понедельник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма рубли	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименовани е сборника
	Завтрак	г		г	г			г	г	г	г		Могильный М.П.
1	Плов из говядины	240	Мясо говяж	0,090	0,070	750,00	67,50	19,2	9,6	93,6	525,6	№381	
			Соль иодир	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Рис	0,080	0,080	65,00	5,20						
			Лук	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Морковь	0,003	0,003	35,00	0,11						
			Масло раст	0,005	0,005	170,00	0,85						
			Томат	0,002	0,002	300,00	0,60						
2	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	800,00	0,8	0,2	0	14	56	№1167	
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,125						
3	Огурцы свеж в нарезке	60	Огурцы	0,060	0,060	120,00	7,2	0,48	0,06	1,68	9	№701,1	
4	Хлеб пшеничный	60	Хлеб	0,060	0,060	58,00	3,48	6,42	2,7	26,1	164,4		
Итого за день:				86,99	26,30	12,36	135,38	746,00					

2 неделя - вторник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рублн	г	г	г	г		Могильный М.П.
1	Тефтели из говядины	90	Мясо говяж	0,08	0,075	750,00	60,00						
			Рис	0,007	0,007	65,00	0,46						
			Раст масло	0,003	0,003	170,00	0,51						
			Дук	0,005	0,004	30,00	0,15	9	10,8	5,4	154,8	№795	
			Яицо	0,002	0,002	150,00	0,30						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
			Масло раст	0,003	0,003	170,00	0,51						
2	Соус красный основной	50	Мука	0,003	0,003	34,00	0,10						
			Томат	0,003	0,003	300,00	0,90	4,95	2,5	5	61,55	№968	
			Морковь	0,003	0,003	35,00	0,11						
			Дук	0,002	0,001	30,00	0,06						
			Сахар	0,001	0,001	75,00	0,08						
			Соль	0,001	0,001	20,00	0,02						
			Перловка	0,05	0,05	40,00	2,00	3,75	4,50	27,30	165,30	№60	
3	Каша перловая	150	Слив масло	0,003	0,003	805,00	2,42						
	Соль мол		0,002	0,002	20,00	0,04							
4	Яблоко свеж	200	Яблоко	0,2	0,2	50,00	10,00	0,8	0,8	19,6	94		
5	Хлеб пшеничн	60	Хлеб	0,06	0,06	58,00	3,48	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
6	Кофейный напиток	200/15	Кофейн напиток	0,001	0,001	600,00	0,60						
			Молоко	0,05	0,05	88,00	4,40						
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13	0	0	13,8	55,6	№1096	
Итого за день:							87,29	24,92	21,3	97,2	695,65		

2 недели - среда														
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма рубли	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименование сборника	
	Завтрак	г		г	г	за кг		г	г	г	г		Мотильный М.П.	
1	Котлеты из куриного филе	90	Куриное филе	0,1	0,1	490,00	49,00					№406		
			Лук	0,005	0,005	30,00	0,15							
			Раст масло	0,01	0,01	170,00	1,70							
			Хлеб	0,01	0,01	58,00	0,58	19,8	11,34	5,29	201			
			Яйцо	0,005	0,005	150,00	0,75							
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04							
			Сметана	0,008	0,008	278,00	2,22							
2	Соус сметанный	50	Мука	0,003	0,003	34,00	0,10	1	2,85	2,6	39	№554		
			Раст масло	0,005	0,005	170,00	0,85							
			Соль иод	0,001	0,001	20,00	0,02							
			Пшено	0,05	0,05	70,00	3,50	5,7	1,65	32,6	167,7			№302
			Слив масло	0,006	0,006	805,00	4,83							
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04							
			Огурцы свеж	0,1	0,09	120,00	12,00	0,72	0,09	2,52	13,5			
4	Огурцы свежие	90										№701,1		
5	Хлеб	60	Хлеб пшеничн	0,06	0,06	58,00	3,48	6,42	2,7	26,1	164,4	№1167		
6	Чай с сахаром	200	Чай	0,001	0,001	800,00	0,80	0,2	0	14	56			
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13							
Итого за день:							81,19	33,84	18,63	83,11	641,6			

2 недели - четверг														Наименовани е сборника
№		Масса порции	Продукты	Брутто г	Нетто г	Цена за кг	Сумма руб.лн	Б г	Ж г	У г	Ккал г	№ техн, карты		
	Завтрак	г						г	г	г	г		Мотильный М.П.	
1	Рыба тушенная	90	Рыба заморож	0,16	0,12	300,00	48,00	11,97	9,63	1,71	141,84	№638		
			Мука	0,005	0,005	34,00	0,17							
			Соль мол	0,002	0,002	20,00	0,04							
			Масло раст	0,01	0,01	170,00	1,70							
			Масло слив	0,005	0,005	805,00	4,03							
2	Соус красный основной	50	Мука	0,003	0,003	34,00	0,10	4,95	2,5	5	61,55	№968		
			Томат	0,003	0,003	300,00	0,90							
			Морковь	0,004	0,003	35,00	0,14							
			Дук	0,003	0,003	30,00	0,09							
			Сахар	0,001	0,001	75,00	0,08							
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04							
			Макаронны	0,06	0,06	45,00	2,70							
			Слив масло	0,006	0,006	805,00	4,83							
			Соль мол	0,002	0,002	20,00	0,04							
			Огурцы свеж	0,1	0,09	120,00	12,00							
3	Макаронны	150						6	1,35	38,2	180,3	№203		
4	Огурцы свежие	100						0,8	0,1	2,8	15			
5	Хлеб	60						6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1		
6	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	800,00	0,80							
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13	0,2	0	14	56	№1167		
Итого за день							80,26	30,34	16,28	87,81	619,09			

2 недели - пятница													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименовани
	Завтрак	г		г	г	за кг	руб/ли	г	г	г	г		е сборника
1	Котлеты из куриного филе	90	Куриное филе	0,1	0,09	490,00	49,00					№406	Мотильный М.П.
			Лук	0,005	0,005	30,00	0,15						
			Раст масло	0,005	0,005	170,00	0,85						
			Хлеб	0,01	0,01	58,00	0,58	19,8	11,34	5,29	201		
			Яйцо	0,003	0,003	150,00	0,45						
			Соль	0,002	0,002	20,00	0,04						
2	Соус сметанный	50	Сметана	0,005	0,005	278,00	1,39					№554	
			Мука	0,003	0,003	34,00	0,10						
			Масло раст	0,003	0,003	170,00	0,51						
			Соль иод	0,002	0,002	20,00	0,04						
3	Пюре картофельное	150	Картофель	0,18	0,16	35,00	6,30					№903	
			Слив масло	0,004	0,004	805,00	3,22	3,15	6,9	12,75	122,55		
			Молоко	0,02	0,02	85,00	1,70						
			Соль иодир	0,002	0,002	20,00	0,04						
4	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	58,00	3,48	6,42	2,7	26,1	164,4	№701,1	
			Какао	0,003	0,003	1300,00	3,90						
5	Какао	200/15	Молоко	0,09	0,09	85,00	7,65	7,00	4,60	19,40	154,00	№382	
			Сахар	0,014	0,014	75,00	1,05						
Итого за день:							80,45	37,37	28,39	66,14	680,95		

Итого за весь период
Среднее значен за период

416,18 152,77 96,96 469,64 3383,29
83,24 30,55 19,39 93,93 676,66