

Утверждаю:
И.о. директора
Р.М.Шериева

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей с ОВЗ (5 кл) из расчета 50 руб в день

I неделя - понедельник

№	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ккал			№ техн. карты	Наименование сборника
							г	г	г		
	Завтрак				рубли						
1	Яйца куриные	1	1	7,50	7,50						
	Молоко	0,04	0,04	53,00	2,12	9	8,1	0,7	111,66	№2613	С.В.Маслова
	Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
	Соль иодир	0,001	0,001	12,00	0,01						
2	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
3	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
	Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90				58	№160105	
						0,2	0	15			

Обед

№	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ккал			№ техн. карты	Наименование сборника
							г	г	г		
1	Мясо гов	0,065	0,05	420,00	27,30						
	Соль иодиров	0,003	0,003	12,00	0,04						
	Лук	0,005	0,004	25,00	0,13						
	Яйцо кур	0,005	0,005	116,66	0,58	8,17	7,95	9,75	143,23	№120535	
	Масло раст	0,005	0,005	130,00	0,65						
	Хлеб	0,01	0,01	35,00	0,35				251,6		
	Мука	0,003	0,003	24,00	0,07						
	Томат	0,001	0,001	150,00	0,15						
	Гречка	0,04	0,04	100,00	4,00						
	Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
2	Хлеб	0,04	0,04	35,00	1,40	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
3	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
	Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60				58	№160105	
						0,2	0	15			
Итого за день:						33,33	22,55	133,05	862,99		

I неделя - вторник														
№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника	
														Г
1	Каша рисовая с молоком	150	рис	0,04	0,04	50,00	2,00						С.В.Маслова	
			Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53	6,6	4	9,4	139,2	№2660		
			Молоко	0,03	0,03	53,00	1,59							
			Соль	0,002	0,002	12,00	0,02							
2	Хлеб	50		0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102		
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50							
			Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60	0,2	0	15	58	№160105		
Обед														
1	Рагу из мяса птицы	150	Курин филе	0,1	0,1	330,00	33,00							С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,002	0,002	12,00	0,02							
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13							
			Картофель	0,1	0,1	48,00	4,80	17,4	21,2	31	384			
			Масло раст	0,003	0,003	130,00	0,39							
			Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20							
			Мука	0,003	0,003	24,00	0,07							
			Томат	0,001	0,001	150,00	0,15							
2	Хлеб	50		0,05	0,05	35,00	1,75	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102		
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50							
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90	0,2	0	15	58	№160105		
Итого за день:								30,57	26,01	116,48	855,65			

1 неделя - четверг

№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б		Ж		У		Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
							г	г	г	г	г	г			
	Завтрак					рубли									
1	Суп молочный с пшеничной	250	0,08	0,08	53,00	4,24	5,5	4,75	19,75	145	№2613	С.В.Маслова			
			0,02	0,02	45,00	0,90									
			0,002	0,002	511,00	1,02									
			0,002	0,002	12,00	0,02									
						0,00									
2	Хлеб	60	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102				
3	Чай с сахаром	200/15	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105				
			0,015	0,015	60,00	0,90									

Обед

1	Шницель из говядины с отварным рисом	50/30/100	0,065	0,08	420,00	27,30	7,87	9,38	3,68	130,34	№229	С.В.Маслова
			0,003	0,003	12,00	0,04						
			0,005	0,005	130,00	0,65						
			0,003	0,003	24,00	0,07						
			0,003	0,003	150,00	0,45						
			0,004	0,004	12,00	0,05						
			0,005	0,005	25,00	0,13						
			0,04	0,04	50,00	2,00						
			0,002	0,003	511,00	1,02						
			0,008	0,008	35,00	0,28						
2	Хлеб	60	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			0,015	0,015	60,00	0,90						
Итого за день:							45,17	27,97	16,56	153,12	869,09	

I неделя - пятница

№	Наименование	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак												
1	Каша гречневая с молоком	150	Гречка	0,04	0,04	100,00	4,00	4,3	6	27,7	186	№2613	С.В.Маслова
			Слив масло	0,003	0,01	511,00	1,53						
			Молоко	0,03	0,003	53,00	1,59						
			Соль	0,002	0,09	12,00	0,02						
2	Хлеб	50		0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90						

Обед

1	Котлеты из говядины с отварн макаронами и соусом	50\50\100	Мясо гов	0,06	0,05	420,00	25,20	13,58	9,78	2,08	150,66	№120549	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,003	0,003	12,00	0,04						
			Раст масло	0,004	0,004	130,00	0,52						
			Мука	0,005	0,005	24,00	0,12						
			Томат	0,002	0,002	150,00	0,30						
			Соль иодиров	0,002	0,002	12,00	0,02						
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13						
			Макарони	0,04	0,04	35,00	1,40						
			Слив масло	0,002	0,002	511,00	1,02						
			Яицо	0,003	0,002	116,66	0,35						
2	Хлеб	50		0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	56,00	0,84						
Итого за день:								25,1	16,68	110,98	693,16		

I неделя - суббота												
№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак					рубли						
1	Яйцо вареное	1 шт	1	1	7,00	7,00	8	7	0,5	95,2	№2613	С.В.Маслова
	Соль		0,001	0,001	12,00	0,01						
						0,00						
	Пшено		0,04	0,04	45,00	1,80						
2	Каша пшениная с сахаром	100	0,008	0,008	60,00	0,48	7,2	4,95	25,6	177		№2294
	Слив масло		0,005	0,005	511,00	2,56						
	Молоко		0,05	0,05	53,00	2,65						
	Соль		0,001	0,001	12,00	0,01						
3	Хлеб	50	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
4	Чай с сахаром	200/10	0,001	0,001	500,00	0,50			15	58	№160105	
	Сахар		0,01	0,01	60,00	0,60	0,2	0				

Обед												
№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
1	Биточки из говяд с кашей перловой и соусом	50\30\150	0,065	0,05	420,00	27,30	7,5	9	4,5	129	№120539	С.В.Маслова
	Соль иодиров		0,003	0,003	12,00	0,04						
	Раст масло		0,004	0,004	130,00	0,52						
	Мука		0,005	0,005	24,00	0,12						
	Томат		0,002	0,002	150,00	0,30						
	Соль иодиров		0,002	0,002	12,00	0,02						
	Лук		0,005	0,004	25,00	0,13						
	Перловка		0,04	0,04	30,00	1,20						
	Слив масло		0,003	0,003	511,00	1,53						
2	Хлеб	50	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	0,001	0,001	500,00	0,50			15	58	№160105	
	Сахар		0,01	0,01	60,00	0,60	0,2	0				
Итого за день:						51,37						

2 неделя - понедельник

№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г										
1	Макаронны	250	0,02	0,02	35,00	0,70	5,5	4,8	23,5	145	№120235	С.В.Маслова
	Молоко		0,08	0,08	53,00	4,24						
	Слив масло		0,003	0,003	511,00	1,53						
	Соль		0,002	0,002	12,00	0,02						
2	Хлеб	60	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
3	Чай	200/15	0,001	0,001	500,00	0,50						
	Сахар		0,015	0,015	60,00	0,90	0,2	0	15	58	№160105	

Обед

№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
1	Мясо гов	50\30\100	0,065	0,05	420,00	27,30	8,17	7,95	9,75	143,23	№120535	С.В.Маслова
	Соль		0,004	0,004	12,00	0,05						
	Лук		0,005	0,004	25,00	0,13						
	Яйцо кур		0,003	0,003	125,00	0,38						
	Масло раст		0,005	0,005	130,00	0,65						
	Хлеб		0,01	0,01	35,00	0,35						
	Мука		0,003	0,003	24,00	0,07						
	Томат		0,001	0,001	150,00	0,15						
	Пшено		0,04	0,04	45,00	1,80						
	Слив масло		0,002	0,002	511,00	1,02						
2	Хлеб	50	0,05	0,05	35,00	1,75	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
3	Чай	200/10	0,001	0,001	500,00	0,50						
	Сахар		0,01	0,01	60,00	0,60	0,2	0	15	58	№160105	
Итого за день:							44,74	19,05	151,35	855,33		

2 неделя - вторник

№	Завтрак	Масса Г	Продукты	Брутто Г	Нетто Г	Цена за кг	Сумма рубли	Б		Ж		У		Ккал		№ техн.	Наименование
								Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г		
1	Яйцо вареное	1шт	Яйцо Соль	1 0,001	1 0,001	7,00 12,00	7,00 0,01	7,62	6,9	0,42	94,2	№386	С.В.Маслова				
2	Хлеб с сыром	50/10	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,75	0,25	26,08	116,5	№200102					
3	Чай с сахаром	200/10	Сыр голл Чай Сахар	0,01 0,001 0,01	0,01 0,001 0,01	400,00 500,00 60,00	4,00 0,50 0,60	2,32	2,95	0	36,4	58 №160105					
							0,00	0,2	0	15							

Обед

1	Плов из говядины	35\165	Мясо гов Крупа рисовая Лук Масло раст Морковь Томат Соль	0,065 0,05 0,005 0,005 0,005 0,003 0,003	0,04 0,05 0,004 0,005 0,005 0,003 0,003	420,00 50,00 25,00 130,00 40,00 150,00 12,00	27,30 2,50 0,13 0,65 0,20 0,45 0,04	19,43	17,89	26,33	344,05	№120609	С.В.Маслова
2	Чай с сахаром	200\10	Чай Сахар	0,001 0,01	0,001 0,01	500,00 60,00	0,50 0,60	0,2	0	15	58	№160105	
3	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	35,00	1,40	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
	Итого за день:						48,96	36,48	28,35	118,31	861,35		

2 неделя - среда

№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма		Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
							рубли	г						
1	Каша гречневая с молоком	200	Гречка	0,05	0,05	100,00	5,00	6,6	4	9,4	139,2	№2660		
			Молоко	0,05	0,05	53,00	2,65							
			Слив масло	0,005	0,005	511,00	2,56							
			Соль	0,002	0,002	12,00	0,02							
2	Хлеб с маслом	60\10	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102		
			Слив масло	0,01	0,01	511,00	5,11	0,12	10,95	0,15	102			
3	Чай с сахаром	200\10	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105		
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90							
							0,00							

Обед

1	Тефтели из говядины с соусом и отварными макаронами	50\50\100	Мясо гов	0,06	0,04	420,00	25,20	7,5	9	4,5	129	№120539	С.В.Маслова
			Крупа рисовая	0,004	0,004	50,00	0,20						
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13						
			Масло раст	0,005	0,005	130,00	0,65						
			Томат	0,002	0,002	150,00	0,30						
			Соль	0,003	0,003	12,00	0,04						
2	Чай с сахаром	200\10	Макароны	0,04	0,04	35,00	1,40	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
			Слив масло	0,002	0,003	511,00	1,02						
			Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
3	Хлеб	40	Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60	21,22	26,12	78,82	674,17		
			Хлеб	0,04	0,04	35,00	1,40						
	Итого за день:						50,27						

2 неделя - четверг

№	Наименование сборника	№ техн. карты	Ккал	У	Ж	Б	Сумма	Цена за кг	Нетто	Брутто	Продукты	Масса порции	Завтрак		
													г	г	
	Омлет из яиц	№2613	145	19,75	4,75	5,5	15,00	7,50	2	2	Яйцо	120	г		
											Молоко				
											Слив масло				
							0,01	12,00	0,001	0,001					
2	Хлеб	№200102	144,3	30,72	0,54	4,1	2,10	35,00	0,06	0,06	Хлеб	60	г		
3	Чай с сахаром	№160105	58	15	0	0,2	0,90	60,00	0,015	0,015	Чай Сахар	200/15	г		

Обед

1	Рыба тушеная с картоф пюре и соусом	№229	130,34	3,68	9,38	7,87	16,00	160,00	0,08	0,1	Рыба	60\30\100	г			
											Соль					
											Раст масло					
											Мука					
											Томат					
											Соль					
											Лук					
											Картофель					
											Слив масло					
											Молоко					
2	Хлеб	№200102	144,3	30,72	0,54	4,1	1,75	35,00	0,05	0,05	Хлеб	50	г			
3	Чай с сахаром	№160105	58	15	0	0,2	0,90	60,00	0,015	0,015	Чай Сахар	200/10	г			
Итого за день:												49,79	27,97	16,56	153,12	869,09

2 неделя - пятница

№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сдобника	
													г
	Завтрак												
1	Каша рисовая с сахаром	200\15	Рис	0,04	0,04	50,00	2,00					С.В.Маслова	
			Молоко	0,08	0,08	53,00	4,24						
			Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60			19,75	145		№2613
			Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
			Соль	0,001	0,001	12,00	0,01			4,75			
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10						
								4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
3	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90			15	58	№160105	
							0,2	0					

Обед

1	Котлеты из куриного филе с кашей пшенной и соусом	50\30\100	Куриное филе	0,1	0,1	330,00	33,00					С.В.Маслова	
			Соль	0,003	0,003	12,00	0,04						
			Раст масло	0,003	0,003	130,00	0,39						
			Мука	0,003	0,003	24,00	0,07						
			Томат	0,003	0,003	150,00	0,45						
			Сметана	0,003	0,003	187,00	0,56						
			Молоко	0,002	0,002	53,00	0,11						
			Лук	0,005	0,005	25,00	0,13						
			Яйцо	0,003	0,003	116,66	0,35						
			Хлеб	0,01	0,01	35,00	0,35						
			Пшено	0,04	0,04	45,00	1,80						
			Слив масло	0,001	0,001	511,00	0,51						
			2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10			
							4,1	0,54	30,72	144,3	№200102		
3	Чай с сахаром	200\10	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
			Сахар	0,015	0,015	56,00	0,84			15	58	№160105	
							0,2	0					
	Итого за день:						53,08	15,21	114,87	679,94			

2 неделя - суббота

№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак											
1	Творог	100\5	0,1	0,1	150,00	15,00	5,5	4,75	19,75	145	№2613	С.В.Маслова
	Манка		0,005	0,005	40,00	0,20						
	Сахар		0,005	0,005	60,00	0,30						
	Масло раст		0,003	0,003	130,00	0,39						
	Соль		0,001	0,001	12,00	0,01						
Сметана	0,003	0,003	187,00	0,56								
	Яйца		0,003	0,003	116,66	0,35						
2	Хлеб	50	0,05	0,05	35,00	1,75	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
	Чай		0,001	0,001	500,00	0,50						
3	Чай с сахаром	200/15	0,015	0,015	60,00	0,90	0,2	0	15	58	№160105	
Итого за день:							53,35	21,97	114,87	679,94		

Обед

1	Мясо гов	50\30\100	0,06	0,04	420,00	25,20	7,87	9,38	3,68	130,34	№229	С.В.Маслова
	Соль		0,003	0,003	12,00	0,04						
	Раст масло		0,003	0,003	130,00	0,39						
	Мука		0,003	0,003	24,00	0,07						
	Томат		0,002	0,002	150,00	0,30						
	Лук		0,003	0,003	25,00	0,08						
	Хлеб		0,008	0,008	35,00	0,28						
	Рис		0,04	0,04	50,00	2,00						
	Яйцо		0,003	0,002	116,66	0,35						
	Слив масло		0,003	0,003	511,00	1,53						
2	Хлеб	50	0,05	0,05	35,00	1,75	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
	Чай		0,001	0,001	500,00	0,50						
3	Чай с сахаром	200/10	0,015	0,015	60,00	0,90	0,2	0	15	58	№160105	
Итого за день:							53,35	21,97	114,87	679,94		