

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ "СОШ" с.п. Приречное

Махцева Ф. Х.

Меню 1-4 кл. на 01.09.2024г.

| № п/п | | масса гр. | | выход | пищевые вещества | | | ценность | цена | Сумма |
|--------------------|---|-----------|-------|-------|------------------|---|---|----------|-------|-------|
| | | брутто | нетто | гр. | б | ж | у | (кал) | руб | |
| Первый день | | | | | | | | | | |
| | Овощи свежие с растительным маслом | | | 60 | | | | | | |
| | капуста | 70 | | | | | | 50 | 3,50 | |
| | морковь | 10 | | | | | | 45 | 0,45 | |
| | масло растительное | 5 | | | | | | 150 | 0,75 | |
| | соль | 1 | | | | | | 25 | 0,03 | |
| | лук репчатый | 3 | | | | | | 30 | 0,09 | |
| | Суп гороховый | | | 200 | | | | | | |
| | горох | 20 | | | | | | 47 | 0,94 | |
| | картофель | 60 | | | | | | 45 | 2,70 | |
| | лук репчатый | 5 | | | | | | 30 | 0,15 | |
| | морковь | 5 | | | | | | 45 | 0,23 | |
| | сметана | 5 | | | | | | 400 | 2,00 | |
| | масло растительное | 2 | | | | | | 150 | 0,30 | |
| | соль | 2 | | | | | | 25 | 0,05 | |
| | Плов с мясом индейки | | | 250 | | | | | | |
| | мясо индейки | 120 | | | | | | 400 | 48,00 | |
| | лук репчатый | 6 | | | | | | 30 | 0,18 | |
| | рис | 50 | | | | | | 120 | 6,00 | |
| | масло растительное | 7 | | | | | | 150 | 1,05 | |
| | морковь | 10 | | | | | | 45 | 0,45 | |
| | соль | 2 | | | | | | 25 | 0,05 | |
| | томат | 2 | | | | | | 230 | 0,46 | |
| | Компот из яблок | | | 180 | | | | | | |
| | яблоко | 20 | | | | | | 100 | 2,00 | |
| | сахар | 15 | | | | | | 85 | 1,28 | |
| | Хлеб ржаной | 40 | | 40 | | | | 60 | 2,40 | |
| | Хлеб пшеничный | 70 | | 70 | | | | 60 | 4,20 | |
| | ИТОГО | | | | | | | | | 77,25 |
| Второй день | | | | | | | | | | |
| | Тертая морковь с сахаром | | | 60 | | | | | | |
| | морковь | 75 | | | | | | 45 | 3,38 | |
| | сахар | 2 | | | | | | 85 | 0,17 | |
| | масло растительное | 5 | | | | | | 150 | 0,75 | |
| | Борщ со сметаной | | | 200 | | | | | | |
| | картофель | 50 | | | | | | 45 | 2,25 | |
| | свекла | 50 | | | | | | 35 | 1,75 | |
| | капуста | 50 | | | | | | 50 | 2,50 | |
| | морковь | 12 | | | | | | 45 | 0,54 | |
| | лук | 5 | | | | | | 30 | 0,15 | |
| | томат | 5 | | | | | | 230 | 1,15 | |
| | масло растительное | 2 | | | | | | 150 | 0,30 | |
| | сметана | 10 | | | | | | 400 | 4,00 | |

| | | | | | | | | |
|--------------------|--|-----|--|-----|--|--|-----|---------------|
| | соль | 2 | | | | | 25 | 0,05 |
| | Котлета мясная | | | 90 | | | | |
| | мясо | 120 | | | | | 550 | 66,00 |
| | масло растительное | 5 | | | | | 150 | 0,75 |
| | соль | 2 | | | | | 25 | 0,05 |
| | яйцо | 0,1 | | | | | 12 | 1,20 |
| | хлеб | 13 | | | | | 60 | 0,78 |
| | молоко | 10 | | | | | 90 | 0,90 |
| | лук | 10 | | | | | 30 | 0,30 |
| | Гречка отварная | | | 150 | | | | |
| | гречка | 35 | | | | | 130 | 4,55 |
| | масло сливочное | 3 | | | | | 480 | 1,44 |
| | соль | 1 | | | | | 25 | 0,03 |
| | Чай с лимоном | | | 200 | | | | |
| | чай | 2 | | | | | 900 | 1,80 |
| | лимон | 10 | | | | | 235 | 2,35 |
| | сахар | 15 | | | | | 85 | 1,28 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | | 70 | | | 60 | 4,20 |
| | Хлеб ржаной | 40 | | 40 | | | 60 | 2,40 |
| | Яблоко | 100 | | 100 | | | 100 | 10,00 |
| | ИТОГО | | | | | | | 115,01 |
| Третий день | | | | | | | | |
| | Суп с перловой крупой | | | 200 | | | | |
| | картофель | 60 | | | | | 45 | 2,70 |
| | морковь | 5 | | | | | 45 | 0,23 |
| | лук | 5 | | | | | 30 | 0,15 |
| | перловка | 18 | | | | | 40 | 0,72 |
| | масло растительное | 2 | | | | | 150 | 0,30 |
| | сметана | 5 | | | | | 100 | 2,00 |
| | соль | 2 | | | | | 25 | 0,05 |
| | Свекла отварная с растительным маслом | | | 60 | | | | |
| | свекла | 75 | | | | | 35 | 2,63 |
| | масло растительное | 5 | | | | | 150 | 0,75 |
| | Тефтели | | | 90 | | | | |
| | мясо гов | 120 | | | | | 550 | 66,00 |
| | рис | 10 | | | | | 120 | 1,20 |
| | соль | 2 | | | | | 25 | 0,05 |
| | лук | 10 | | | | | 30 | 0,30 |
| | яйцо | 0,1 | | | | | 12 | 1,20 |
| | Соус томатный | | | 60 | | | | |
| | томат | 3 | | | | | 230 | 0,69 |
| | мука | 6 | | | | | 38 | 0,23 |
| | масло сливочное | 5 | | | | | 180 | 2,40 |
| | соль | 2 | | | | | 25 | 0,05 |
| | Макароны отварные | | | 150 | | | | |
| | макароны | 40 | | | | | 50 | 2,00 |
| | масло сливочное | 3 | | | | | 480 | 1,44 |
| | соль | 2 | | | | | 25 | 0,05 |
| | Компот из яблок | | | 180 | | | | |
| | яблоко | 20 | | | | | 100 | 2,00 |
| | сахар | 15 | | | | | 85 | 1,28 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | | 70 | | | 60 | 4,20 |

| | | | | |
|---|-----|-----|-----|--------------|
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | 60 | 2,40 |
| ИТОГО | | | | 95,00 |
| Четвертый день | | | | |
| Овощи свежие с растительным маслом | | 60 | | |
| капуста | 70 | | 50 | 3,50 |
| морковь | 10 | | 45 | 0,45 |
| масло растительное | 5 | | 150 | 0,75 |
| соль | 1 | | 25 | 0,03 |
| лук репчатый | 3 | | 30 | 0,09 |
| Суп фасолевый | | 200 | | |
| картофель | 70 | | 45 | 3,15 |
| фасоль | 16 | | 70 | 4,32 |
| лук | 5 | | 30 | 0,15 |
| морковь | 5 | | 45 | 0,23 |
| масло растительное | 2 | | 150 | 0,30 |
| соль | 2 | | 25 | 0,05 |
| сметана | 5 | | 400 | 2,00 |
| Котлета рыбная | | 90 | | |
| минтай | 130 | | 240 | 31,20 |
| лук | 10 | | 30 | 0,30 |
| соль | 2 | | 25 | 0,05 |
| яйцо | 0,1 | | 12 | 1,20 |
| масло сливочное | 2 | | 480 | 0,96 |
| молоко | 12 | | 90 | 1,08 |
| хлеб | 13 | | 60 | 0,78 |
| Рис припущенный | | 150 | | |
| рис | 40 | | 20 | 4,80 |
| масло сливочное | 4 | | 480 | 1,92 |
| соль | 2 | | 258 | 0,52 |
| Чай с сахаром | | 200 | | |
| чай | 2 | | 900 | 1,80 |
| сахар | 15 | | 85 | 1,28 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 70 | 60 | 4,20 |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | 60 | 2,40 |
| ИТОГО | | | | 67,49 |
| Пятый день | | | | |
| Тертая морковь с сахаром | | 60 | | |
| морковь | 75 | | 45 | 3,38 |
| сахар | 2 | | 85 | 0,17 |
| масло растительное | 5 | | 150 | 0,75 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | | 200 | | |
| картофель | 70 | | 45 | 3,15 |
| вермишель | 16 | | 50 | 0,80 |
| морковь | 5 | | 45 | 0,23 |
| лук | 5 | | 30 | 0,15 |
| масло растительное | 2 | | 150 | 0,30 |
| томат | 2 | | 230 | 0,46 |
| соль | 2 | | 25 | 0,05 |
| Куры отварные | | 90 | | |

| Седьмой день | | | | | | | | |
|--|-----|--|-----|--|--|--|-----|--------|
| Тертая морковь с сахаром | | | 60 | | | | 45 | 3,38 |
| морковь | 75 | | | | | | 85 | 0,17 |
| сахар | 2 | | | | | | 150 | 0,75 |
| масло растительное | 5 | | | | | | | |
| Борщ со сметаной | | | 200 | | | | 45 | 2,25 |
| картофель | 50 | | | | | | 35 | 1,75 |
| свекла | 50 | | | | | | 50 | 2,50 |
| капуста | 50 | | | | | | 45 | 0,54 |
| морковь | 12 | | | | | | 30 | 0,15 |
| лук | 5 | | | | | | 230 | 1,15 |
| томат | 5 | | | | | | 150 | 0,30 |
| масло растительное | 2 | | | | | | 400 | 4,00 |
| сметана | 10 | | | | | | 25 | 0,05 |
| соль | 2 | | | | | | | |
| Тефтели | | | 90 | | | | 550 | 66,00 |
| мясо гов | 120 | | | | | | 120 | 1,20 |
| рис | 10 | | | | | | 25 | 0,05 |
| соль | 2 | | | | | | 30 | 0,30 |
| лук | 10 | | | | | | 12 | 1,20 |
| яйцо | 0,1 | | | | | | | |
| Соус томатный | | | 60 | | | | 230 | 0,69 |
| томат | 3 | | | | | | 38 | 0,23 |
| мука | 6 | | | | | | 480 | 2,40 |
| масло сливочное | 5 | | | | | | 25 | 0,05 |
| соль | 2 | | | | | | | |
| Гречка отварная | | | 150 | | | | 130 | 4,55 |
| гречка | 35 | | | | | | 480 | 1,44 |
| масло сливочное | 3 | | | | | | 25 | 0,03 |
| соль | 1 | | | | | | | |
| Чай с лимоном | | | 200 | | | | 900 | 1,80 |
| чай | 2 | | | | | | 85 | 1,28 |
| сахар | 15 | | | | | | 235 | 2,35 |
| лимон | 10 | | | | | | 60 | 4,20 |
| Хлеб пшеничный | 70 | | 70 | | | | 60 | 2,40 |
| Хлеб ржаной | 40 | | 40 | | | | 100 | 10,00 |
| Яблоко | 100 | | 100 | | | | | |
| ИТОГО | | | | | | | | 117,14 |
| Восьмой день | | | | | | | | |
| Суп крестьянский с пшеничной крупой | | | 200 | | | | 45 | 2,70 |
| картофель | 60 | | | | | | 70 | 1,26 |
| пшено | 18 | | | | | | 45 | 0,23 |
| морковь | 5 | | | | | | 30 | 0,15 |
| лук | 5 | | | | | | 150 | 0,30 |
| масло растительное | 2 | | | | | | 100 | 2,00 |
| сметана | 5 | | | | | | 25 | 0,05 |
| соль | 2 | | | | | | | |
| Свекла отварная с растительным маслом | | | 60 | | | | 35 | 2,63 |
| свекла | 75 | | | | | | 150 | 0,75 |
| масло растительное | 5 | | | | | | | |
| Биточки куриные | | | 90 | | | | 230 | 32,20 |
| мясо куриное | 140 | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--------------------------|-----|--|-----|--|--|--|-----|--------------|--|
| лук | 10 | | | | | | 30 | 0,30 | |
| масло сливочное | 2 | | | | | | 480 | 0,96 | |
| хлеб | 10 | | | | | | 60 | 0,60 | |
| соль | 2 | | | | | | 25 | 0,05 | |
| молоко | 12 | | | | | | 90 | 1,08 | |
| яйцо | 0,1 | | | | | | 12 | 1,20 | |
| Соус сметанный | | | 60 | | | | | | |
| сметана | 20 | | | | | | 400 | 8,00 | |
| мука | 6 | | | | | | 38 | 0,23 | |
| масло сливочное | 5 | | | | | | 480 | 2,40 | |
| соль | 2 | | | | | | 25 | 0,05 | |
| Картофельное пюре | | | 150 | | | | | | |
| картофель | 180 | | | | | | 45 | 8,10 | |
| масло сливочное | 5 | | | | | | 480 | 2,40 | |
| молоко | 20 | | | | | | 90 | 1,80 | |
| соль | 2 | | | | | | 25 | 0,05 | |
| Компот из яблок | | | 180 | | | | | | |
| яблоко | 20 | | | | | | 100 | 2,00 | |
| сахар | 15 | | | | | | 85 | 1,28 | |
| Хлеб пшеничный | 70 | | 70 | | | | 60 | 4,20 | |
| Хлеб ржаной | 40 | | 40 | | | | 60 | 2,40 | |
| ИТОГО | | | | | | | | 79,35 | |
| Девятый день | | | | | | | | | |
| Салат витаминный | | | 60 | | | | | | |
| капуста | 70 | | | | | | 50 | 3,50 | |
| морковь | 10 | | | | | | 45 | 0,45 | |
| сахар | 1 | | | | | | 85 | 0,09 | |
| масло растительное | 4 | | | | | | 150 | 0,60 | |
| лук репчатый | 5 | | | | | | 30 | 0,15 | |
| Суп фасолевый | | | 200 | | | | | | |
| картофель | 70 | | | | | | 45 | 3,15 | |
| морковь | 5 | | | | | | 45 | 0,23 | |
| фасоль | 16 | | | | | | 270 | 4,32 | |
| лук | 5 | | | | | | 30 | 0,15 | |
| масло растительное | 2 | | | | | | 150 | 0,30 | |
| соль | 2 | | | | | | 25 | 0,05 | |
| сметана | 5 | | | | | | 400 | 2,00 | |
| Котлета рыбная | | | 90 | | | | | | |
| минтай | 130 | | | | | | 240 | 31,20 | |
| лук | 10 | | | | | | 30 | 0,30 | |
| соль | 2 | | | | | | 25 | 0,05 | |
| яйцо | 0,1 | | | | | | 12 | 0,00 | |
| молоко | 12 | | | | | | 90 | 1,08 | |
| хлеб | 13 | | | | | | 60 | 0,78 | |
| Рис припущенный | | | 150 | | | | | | |
| рис | 40 | | | | | | 120 | 4,80 | |
| масло сливочное | 4 | | | | | | 480 | 1,92 | |
| соль | 2 | | | | | | 25 | 0,05 | |
| Чай с сахаром | | | 200 | | | | | | |
| чай | 2 | | | | | | 900 | 1,80 | |
| сахар | 15 | | | | | | 85 | 1,28 | |
| Хлеб пшеничный | 70 | | 70 | | | | 60 | 4,20 | |
| Хлеб ржаной | 40 | | 40 | | | | 60 | 2,40 | |

