

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			ч	цена	Сумма
		брутто	нетто	гр.	б	ж	у	ценность (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						480	2,40
соль	2						25	0,05
Макароньы отварные			150					
макароньы	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
							95,00
ИТОГО							
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
							67,49
ИТОГО							
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					
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
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						480	2,40
соль	2						25	0,05
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
сахар	15						85	1,28
лимон	10						235	2,35
Хлеб пшеничный	70		70				60	4,20
Хлеб ржаной	40		40				60	2,40
Яблоко	100		100				100	10,00
ИТОГО								117,14
Восьмой день								
Суп крестьянский с пшеничной крупой			200					
картофель	60						45	2,70
пшено	18						70	1,26
морковь	5						45	0,23
лук	5						30	0,15
масло растительное	2						150	0,30
сметана	5						400	2,00
соль	2						25	0,05
Свекла отварная с растительным маслом			60					
свекла	75						35	2,63
масло растительное	5						150	0,75
Биточки куриные			90					
мясо куриное	140						230	32,20

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						60	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

