

Утверждаю

Директор
МКОУ «СОШ им. А.Ж. Панагова с.п. Инаркой»
В.Х. Тумова



**Примерное
двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей,
чьи родители находятся в зоне СВО
(из расчета 25 руб в день)
МКОУ «СОШ им. А.Ж. Панагова с.п. Инаркой»
на 2024-2025 учебный год**

(с 02 сентября 2024 года)

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей, чьи родители находятся в зоне СВО из расчета 25 руб в день

2 неделя - понедельник

| № | | 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 | Яица вареные | 2штг | Яица куриные | 2 | 2 | 9.50 | 19.00 | 12.8 | 11.6 | 0.7 | 158.7 | №386 | С.В.Маслова |
| | | | Соль иодир | 0.001 | 0.001 | 17.00 | 0.02 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Хлеб | 80 | Хлеб | 0.08 | 0.08 | 44.00 | 3.52 | 7.12 | 2.64 | 37.4 | 212.8 | | |
| 3 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0.001 | 0.001 | 750.00 | 0.75 | 0.2 | 0 | 14 | 56.8 | №160105 | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.015 | 72.00 | 1.08 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 24.37 | 20.12 | 14.24 | 52.1 | 428.3 | | |

2 неделя - вторник

| № | | 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 | Каша рисовая с | 200 | Рис | 0.05 | 0.05 | 90.00 | 4.50 | 7 | 12.2 | 37 | 288 | №2660 | С.В.Маслова |
| | | | Молоко | 0.1 | 0.1 | 70.00 | 7.00 | | | | | | |
| | | | Слив масло | 0.008 | 0.008 | 525.00 | 4.20 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|---------------|--------|----------|-------|-------|--------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------|--|
| 1 | МОЛОКОМ | 200 | Соль | 0.001 | 0.001 | 17.00 | 0.02 | | | | | | |
| | | | Сахар | 0.008 | 0.008 | 72.00 | 0.58 | | | | | | |
| 2 | Хлеб с сыром | 50\10 | Хлеб | 0.05 | 0.05 | 44.00 | 2.20 | 4.45 | 1.65 | 7.35 | 133 | №200102 | |
| | | | Сыр голл | 0.012 | 0.012 | 590.00 | 7.08 | 3 | 2.05 | 0 | 30 | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0.001 | 0.001 | 750.00 | 0.75 | 0.2 | 0 | 14 | 56.8 | №160105 | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.015 | 72.00 | 1.08 | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 27.40 | 14.65 | 15.9 | 58.35 | 560.39 | | |

| 2 неделя среда | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-------------------------|--------------|------------|--------|-------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-----------------------|
| № | | 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 | Суп молочный с пшеникой | 250 | Пшено | 0.03 | 0.03 | 52.00 | 1.56 | 5.5 | 4.8 | 23.5 | 145 | №2770 | С.В.Маслова |
| | | | Молоко | 0.13 | 0.13 | 70.00 | 9.10 | | | | | | |
| | | | Слив масло | 0.005 | 0.005 | 525.00 | 2.63 | | | | | | |
| | | | Соль | 0.002 | 0.002 | 17.00 | 0.03 | | | | | | |
| | | | | | | | 0.00 | | | | | | |
| | | | | | | 0.00 | | | | | | | |
| 2 | Хлеб с маслом | 60\15 | Хлеб | 0.06 | 0.06 | 44.00 | 2.64 | 5.34 | 1.98 | 28.02 | 159.6 | | |
| | | | Слив масло | 0.015 | 0.015 | 525.00 | 7.88 | 0.12 | 10.88 | 0.195 | 99.15 | | |
| 6 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0.001 | 0.002 | 750.00 | 0.75 | 0.4 | 0.2 | 21.6 | 83.4 | №160108 | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.015 | 72.00 | 1.08 | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 25.66 | 11.36 | 17.86 | 73.315 | 487.15 | | |

2 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 | Макароны с сыром | 150 | Макароны | 0.050 | 0.050 | 38.00 | 1.90 | 7.65 | 5.55 | 27.15 | 190.50 | №229 | С.В.Маслова |
| | | | Сыр голл | 0.020 | 0.020 | 590.00 | 11.80 | | | | | | |
| | | | Слив масло | 0.005 | 0.005 | 525.00 | 2.63 | | | | | | |
| | | | Соль | 0.002 | 0.002 | 17.00 | 0.03 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Хлеб с маслом | 60\15 | Хлеб | 0.060 | 0.060 | 44.00 | 2.64 | 5.34 | 1.98 | 28.02 | 159.6 | | |
| | | | Слив масло | 0.015 | 0.015 | 525.00 | 7.88 | 0.12 | 10.88 | 0.195 | 99.15 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0.001 | 0.001 | 750.00 | 0.75 | | | | | | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.015 | 72.00 | 1.08 | 0.4 | 0.2 | 21.6 | 83.4 | №160105 | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 28.70 | 13.51 | 18.61 | 76.965 | 532.65 | | |

2 неделя - пятница

| № | | 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 | Каша гречневая с молоком | 200 | Гречка | 0.05 | 0.05 | 55.00 | 2.75 | 6.3 | 6 | 33 | 210 | №120549 | С.В.Маслова |
| | | | Молоко | 0.1 | 0.1 | 70.00 | 7.00 | | | | | | |
| | | | Слив масло | 0.015 | 0.015 | 525.00 | 7.88 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|---------------|-----|----------|-------|-------|--------|--------------|--------------|-------------|-----------|--------------|---------|--|
| | | | Соль иод | 0.002 | 0.002 | 17.00 | 0.03 | | | | | | |
| | | | | | | | 0.00 | | | | | | |
| 2 | Хлеб пшен | 80 | Хлеб | 0.08 | 0.08 | 44.00 | 3.52 | 7.12 | 2.64 | 37.4 | 212.8 | №200102 | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | Чай | 0.001 | 0.001 | 750.00 | 0.75 | 0.4 | 0.2 | 21.6 | 83.4 | №210104 | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.015 | 72.00 | 1.08 | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 23.01 | 13.82 | 8.84 | 92 | 506.2 | | |

| 2 неделя -суббота | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|--------------|------------|--------|-------|--------|--------------|---------------|--------------|---------------|------------|---------------|-----------------------|
| № | | 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 | Хлеб с маслом и сыром | 70\12\12 | Хлеб | 0.07 | 0.07 | 44.00 | 3.08 | 6.23 | 2.31 | 32.7 | 186.2 | №386 | М.П.Могильный |
| | | | Слив масло | 0.012 | 0.012 | 525.00 | 6.30 | 0.096 | 8.7 | 0.156 | 79.32 | | |
| | | | Сыр | 0.012 | 0.012 | 590.00 | 7.08 | 3 | 2.05 | 0 | 30.48 | | |
| 3 | Хлеб пшеничн | 60 | Хлеб | 0.06 | 0.06 | 44.00 | 2.64 | 5.34 | 1.98 | 28.02 | 159.6 | №200102 | |
| 4 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0.001 | 0.001 | 750.00 | 0.75 | 0.4 | 0.2 | 21.6 | 83.4 | №210104 | |
| | | | Сахар | 0.014 | 0.014 | 72.00 | 1.01 | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 20.86 | 15.066 | 15.24 | 82.476 | 539 | | |

Итого: 150.01 25.00 (средняя цена) 3053.69 508.9483 (КК в день)

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей, чьи родители находятся в зоне СВО из расчета 25р в день

1 неделя - понедельник

| № | | Масса порции | Продукты | Брутто | Нетто | Цена | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № тех. карты | Наименование сборника |
|-----------------------|---------------------------|--------------|-------------|---------------|---------------|-----------------|--------------|----------|--------------|------------|----------------|--------------|-----------------------|
| | Завтрак | г | | г | г | за кг | рубли | г | г | г | г | | |
| 1 | Суп молочный с макаронами | 250 | Макароны | 0.025 | 0.025 | 38.00 | 0.95 | 5.5 | 4.8 | 19.65 | 145 | №120235 | С.В.Маслова |
| | | | Молоко | 0.125 | 0.125 | 70.00 | 8.75 | | | | | | |
| | | | Слив масло | 0.005 | 0.005 | 525.00 | 2.63 | | | | | | |
| | | | Соль иодир | 0.002 | 0.002 | 17.00 | 0.03 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Хлеб с сыром | 60\12 | Хлеб Сыр | 0.06 0.012 | 0.06 0.012 | 44.00 590.00 | 2.64 7.08 | 5.3 3 | 1.98 2.05 | 28.02 0 | 159.6 30.48 | | |
| 3 | Чай с сахаром | 200 | Чай | 0.001 | 0.001 | 750.00 | 0.75 | 0.4 | 0.2 | 21.6 | 83.4 | | |
| | | | Сахар | 0.02 | 0.02 | 72.00 | 1.44 | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 24.27 | 14.2 | 9.03 | 69.27 | 418.48 | | |

1 неделя -вторник

| № | | 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 | Яйцо вареное | 1 шт | | | | | | 12.8 | 11.6 | 0.7 | 158.7 | №386 | |
| | | | Яйцо | 0.06 | 0.06 | 158.33 | 9.50 | | | | | | |
| | | | Соль | 0.001 | 0.001 | 17.00 | 0.02 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Сыр голл | 12 | Сыр голл | 0.01 | 0.01 | 590.00 | 5.90 | 3 | 2.05 | 0 | 30.48 | | |
| 3 | Хлеб с маслом | 60\10 | Хлеб | 0.06 | 0.06 | 44.00 | 2.64 | 5.3 | 1.98 | 28.02 | 159.6 | | |
| | | | Слив масло | 0.01 | 0.01 | 525.00 | 5.25 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.1 | | |
| 4 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0.001 | 0.001 | 750.00 | 0.75 | 0.4 | 0.2 | 21.6 | 83.4 | №210104 | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.015 | 72.00 | 1.08 | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 25.14 | 21.58 | 23.08 | 50.45 | 498.28 | | |

1 неделя - среда

| № | | Масса порции | Продукты | Брутто | Нетто | Цена | Сумма | Б | Ж | У | Ккал | № тех. карты | Наименование сборника |
|-----------------------|--------------------------|--------------|------------|--------|-------|--------|--------------|-----|-------|-------|--------|--------------|-----------------------|
| | Завтрак | г | | г | г | за кг | рубли | г | г | г | г | | |
| 1 | Каша гречневая с молоком | 200 | Гречка | 0.05 | 0.05 | 55.00 | 2.75 | 6.3 | 6 | 33 | 210 | №2660 | С.В.Маслова |
| | | | Молоко | 0.105 | 0.105 | 70.00 | 7.35 | | | | | | |
| | | | Слив масло | 0.005 | 0.005 | 525.00 | 2.63 | | | | | | |
| | | | Соль | 0.002 | 0.002 | 17.00 | 0.03 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Хлеб | 60 | Хлеб | 0.06 | 0.06 | 44.00 | 2.64 | 5.3 | 1.98 | 28.02 | 159.6 | №200102 | |
| | | | | | | | 0.00 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Сыр голландский | 10 | Сыр | 0.013 | 0.013 | 590.00 | 7.67 | 3 | 2.05 | 0 | 30.48 | | |
| 4 | 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 | 72.00 | 1.08 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 24.90 | 15 | 10.23 | 82.62 | 560.39 | | |

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 | Омлет | 150 | Яицо | 2.000 | 2.00 | 9.50 | 19.00 | 10.60 | 11.70 | 0.60 | 154.00 | №229 | С.В.Маслова |
| | | | Раст масло | 0.003 | 0.00 | 130.00 | 0.39 | | | | | | |
| | | | Молоко | 0.010 | 0.01 | 70.00 | 0.70 | | | | | | |
| | | | Соль | 0.002 | 0.00 | 17.00 | 0.03 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Хлеб | 70 | Хлеб | 0.070 | 0.07 | 44.00 | 3.08 | 6.23 | 2.31 | 32.69 | 186.2 | №200102 | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0.001 | 0.00 | 750.00 | 0.75 | 0.4 | 0.2 | 21.6 | 83.4 | №160105 | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.02 | 72.00 | 1.08 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 25.07 | 17.23 | 14.21 | 54.89 | 423.6 | | |

1 неделя - пятница

| № | | 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 | Каша рисовая с сахаром | 200\15 | Рис | 0.05 | 0.05 | 90.00 | 4.50 | 7 | 12.2 | 37 | 288 | №120549 | С.В.Маслова |
| | | | Сахар | 0.01 | 0.01 | 72.00 | 0.72 | | | | | | |
| | | | Слив масло | 0.015 | 0.015 | 525.00 | 7.88 | | | | | | |
| | | | Молоко | 0.1 | 0.1 | 70.00 | 7.00 | | | | | | |
| | | | Соль иод | 0.001 | 0.001 | 17.00 | 0.02 | | | | | | |
| | | | | | | 0.00 | | | | | | | |
| 2 | Хлеб пшен | 70 | Хлеб | 0.07 | 0.07 | 44.00 | 3.08 | 6.23 | 2.31 | 32.69 | 186.2 | №200102 | |
| 3 | Чай с сахаром | 200/15 | Чай | 0.001 | 0.00 | 750.00 | 0.75 | 0.4 | 0.2 | 21.6 | 83.4 | №160105 | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.02 | 72.00 | 1.08 | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 25.02 | 13.63 | 14.71 | 91.29 | 557.6 | | |

1 неделя суббота

| № | | 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 | Хлеб с маслом и сыром | 70\10\10 | Хлеб | 0.07 | 0.07 | 44.00 | 3.08 | 6.23 | 2.31 | 32.69 | 186.2 | №200102 | С.В.Маслова | | | | | |
| | | | Слив масло | 0.01 | 0.01 | 525.00 | 5.25 | | | | | | | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.1 | №231 |
| | | | Сыр | 0.01 | 0.01 | 590.00 | 5.90 | | | | | | | 2.5 | 1.71 | 0 | 25.4 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Какао с молоком | 200\15 | Какао | 0.004 | 0.004 | 1000.00 | 4.00 | 5.8 | 5.8 | 34.4 | 203.6 | №160108 | | | | | | |
| | | | Сахар | 0.015 | 0.015 | 72.00 | 1.08 | | | | | | | | | | | |
| | | | Молоко | 0.09 | 0.09 | 70.00 | 6.30 | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | 17.07 | | | | | | | | | |
| Итого за день: | | | | | | | 25.61 | 14.61 | 34.14 | 67.22 | 481.3 | | | | | | | |

Итого: 150.01 25.00 (средняя цена) 2939.65 489.9417 (Ккал в день)