

Утверждаю

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

В.Х. Тумова



**Примерное
двухнедельное меню горячих школьных завтраков
для детей с ОВЗ, детей - инвалидов
(двухразовое питание)
(из расчёта 50 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 из малообеспеченных семей из расчета 25 руб в день

1 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	Омлет	100\5	Яйца куриные	2	2	7.00	14.00	10.6	11.7	0.6	154	№2613	С.В.Маслова
			Молоко	0.04	0.04	53.00	2.12						
			Слив масло	0.007	0.007	511.00	3.58						
			Соль иодир	0.001	0.001	12.00	0.01						
2	Хлеб	80	Хлеб	0.08	0.08	35.00	2.80	6	0.4	41.73	186.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0.001	0.001	500.00	0.50	0.2	0	14	56.8	№160105	
			Сахар	0.021	0.021	60.00	1.26						
Итого за день:							24.27	16.8	12.1	56.33	397.2		

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	Каша рисовая с сахаром	200	Рис	0.05	0.05	50.00	2.50	6.6	4	9.4	139.2	№2660	С.В.Маслова
			Молоко	0.08	0.08	53.00	4.24						
			Слив масло	0.005	0.005	511.00	2.56						
			Соль	0.002	0.002	12.00	0.02						
			Сахар	0.01	0.01	60.00	0.60						
2	Хлеб с маслом	80\15	Хлеб	0.08	0.08	35.00	2.80	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
			Слив масло	0.015	0.015	511.00	7.67	0.12	10.88	0.195	99.15		
3	Сыр голландский	10	Сыр	0.01	0.01	400.00	4.00	3.84	3.96	0.001	52		
5	Чай с сахаром	200/15	Чай	0.001	0.001	500.00	0.50	0.2	0	14	56.8	№160105	
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
Итого за день:							25.78	17.88	21.48	60.956	560.39		

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	Запеканка творожная со сметаной	120\25	Творог	0.1	0.1	150.00	15.00	15	10	171.2	195	№2770	С.В.Маслова
			Крупа манная	0.01	0.01	40.00	0.40						
			Сахар	0.005	0.005	60.00	0.30						
			Яица	0.004	0.004	116.66	0.47						
			Слив масло	0.002	0.002	511.00	1.02						
			Сметана	0.005	0.005	187.00	0.94						
2	Яблоко	130					0.52	0.52	12.74	61.1			
			Яблоко	0.13	0.13	40.00							5.20
5	Хлеб пшеничн	60	Хлеб	0.06	0.06	35.00	2.10	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
6	Чай с сахаром	200/15	Чай	0.001	0.002	500.00	0.50	0.2	0	14	56.8	№160108	
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
Итого за день:							26.82	22.84	13.16	235.3	525.7		

1 неделя - четверг

№		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 пшеникой	250	Пшено	0.025	0.025	45.00	1.13	7.80	9.38	3.68	129.53	№229	С.В.Маслова
			Молоко	0.105	0.105	53.00	5.57						
			Слив масло	0.005	0.005	511.00	2.56						
			Соль	0.001	0.001	12.00	0.01						
2	Хлеб с маслом и сыром	80\12	Хлеб	0.080	0.080	35.00	2.80	3.60	5.40	36.90	210.60	№120539	
			Сыр голл	0.010	0.010	400.00	4.00						
			Слив масло	0.013	0.013	511.00	6.64						
4								7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
5	Чай с сахаром	200/15	Чай	0.001	0.001	500.00	0.50	0.2	0	14	56.8	№160105	
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
Итого за день:							24.10	18.72	17.42	91.94	609.73		

1 неделя - пятница

№		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\15	Гречка	0.04	0.05	100.00	4.00	11.52	7.44	2.08	120.88	№120549	С.В.Маслова
			Слив масло	0.01	0.01	511.00	5.11						
			Молоко	0.1	0.1	53.00	5.30						
			Соль иод	0.001	0.001	12.00	0.01						
							0.00						
2	Хлеб пшен	80	Хлеб	0.08	0.08	35.00	2.80	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
3								3.84	3.96	0.001	52		
4	Какао с молоком	200	Какао	0.004	0.03	450.00	1.80	0	0	14	57	№210104	
			Молоко	0.08	0.08	53.00	4.24						
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
Итого за день:							24.16	22.48	14.04	53.441	442.68		

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	Яицо вареное	1шт	Яицо	1	1	7.00	7.00	7.62	6.9	0.42	94.2	№386	М.П.Могильный
			Соль	0.001	0.001	12.00	0.01						
							0.00						
							0.00						
2	Каша пшенная с сахаром	150\15\15	Пшено	0.04	0.04	45.00	1.80	8.4	5.2	41.4	247	№2294	
			Молоко	0.08	0.08	53.00	4.24						
			Слив масло	0.008	0.008	511.00	4.09						
			Сахар	0.01	0.01	60.00	0.60						
			Соль	0.001	0.001	12.00	0.01						
3	Хлеб пшеничн	60	Хлеб	0.08	0.06	35.00	2.80	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
4	Кисель фруктовый	200/15	Кисель	0.03	0.03	130.00	3.90	0	0	14	57	№210104	
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
Итого за день:							25.35	23.14	14.74	93.18	611		

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей из малообеспеченных семей из расчета 25р в день

2 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	35.00	0.88	5.5	4.8	23.5	145	№120235	С.В.Маслова
			Молоко	0.12	0.12	53.00	6.36						
			Слив масло	0.005	0.005	511.00	2.56						
			Соль иодир	0.002	0.002	12.00	0.02						
2	Хлеб с маслом	60\15	Хлеб	0.06	0.06	35.00	2.10	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
			Слив масло	0.01	0.01	511.00	5.11	0.12	10.88	0.195	99.15		
3	Какао с молоком	200	Какао-парошок	0.004	0.004	450.00	1.80	5.8	5.8	34.4	205.6	№160101	
			Молоко	0.1	0.1	53.00	5.30						
			Сахар	0.02	0.02	60.00	1.20						
Итого за день:							25.32	18.54	24.12	95.455	662.55		

2 неделя -вторник

№	Завтрак	Масса порции г	Продукты	Брутто г	Нетто г	Цена за кг	Сумма рубли	Б г	Ж г	У г	Ккал г	№ техн. карты	Наименование сборника
1	Яицо вареное	1шт	Яицо	1	1	7.00	7.00	7.62	6.9	0.42	94.2	№386	М.П.МОГИЛЬН кий
			Соль	0.001	0.001	12.00	0.01						
						0.00							
						0.00							
2	Каша пшениная с сахаром	200\15\15	Пшено	0.05	0.05	45.00	2.25	8.4	5.2	41.4	247	№2294	
			Молоко	0.1	0.01	53.00	5.30						
			Слив масло	0.01	0.01	511.00	5.11						
			Сахар	0.015	0.005	60.00	0.90						
			Соль	0.001	0.002	12.00	0.01						
3	Хлеб пшеничн	80	Хлеб	0.08	0.08	35.00	2.80	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
4	Чай с сахаром	200/15	Чай	0.001	0.001	500.00	0.50	0	0	14	57	№210104	
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
5													
Итого за день:							24.78	23.14	14.74	93.18	611		

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	Каша гречневая с молоком	200	Гречка	0.05	0.05	100.00	5.00	6.6	4	9.4	139.2	№2660	С.В.Маслова
			Молоко	0.08	0.08	53.00	4.24						
			Слив масло	0.005	0.005	511.00	2.56						
			Соль	0.005	0.005	12.00	0.06						
2	Хлеб с маслом	80\10	Хлеб	0.08	0.08	35.00	2.80	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
			Слив масло	0.01	0.01	511.00	5.11	0.12	10.88	0.195	99.15		
3	Сыр голландский	10	Сыр	0.01	0.01	400.00	4.00	3.84	3.96	0.001	52		
5	Чай с сахаром	200/15	Чай	0.001	0.001	500.00	0.50	0.2	0	14	56.8	№160105	
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
Итого за день:							25.17	17.88	21.48	60.956	560.39		

2 неделя - четверг

№		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	Омлет	130	Яйца	2.000	2.00	7.00	14.00	7.80	9.38	3.68	129.53	№229	С.В.Маслова
			Молоко	0.030	0.03	53.00	1.59						
			Слив масло	0.005	0.01	511.00	2.56						
			Соль	0.001	0.01	12.00	0.01						
2	Хлеб с маслом	60\10	Хлеб	0.060	0.06	35.00	2.10	3.60	5.40	36.90	210.60	№120539	
			Слив масло	0.010	0.01	511.00	5.11						
4							7.12	2.64	37.36	212.8	№200102		
5	Чай с сахаром	200/15	Чай	0.001	0.00	500.00	0.50	0.2	0	14	56.8	№160105	
			Сахар	0.010	0.01	60.00	0.60						
Итого за день:							26.50	18.72	17.42	91.94	609.73		

2 неделя - пятница

№		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 рисовая с сахаром	150\15	Рис	0.05	0.05	50.00	2.50	11.52	7.44	2.08	120.88	№120549	С.В.Маслова
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
			Слив масло	0.01	0.01	511.00	5.11						
			Молоко	0.08	0.08	53.00	4.24						
			Соль иод	0.001	0.001	12.00	0.01						
						0.00							
2	Хлеб пшен	80	Хлеб	0.08	0.08	35.00	2.80	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
3	Сыр голландский	10	Сыр	0.01	0.01	400.00	4.00	3.84	3.96	0.001	52		
4	Кисель фруктовый	200	Кисель	0.03	0.03	130.00	3.90	0	0	14	57	№210104	
			Сахар	0.015	0.015	60.00	0.90						
Итого за день:							24.36	22.48	14.04	53.441	442.68		

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	Сырники из творога	130\5	Масло растит	0.006	0.006	130.00	0.78	18	6.5	20	210	№231	С.В.Маслова
			Творог	0.12	0.12	150.00	18.00						
			Мука	0.02	0.02	24.00	0.48						
			Сахар	0.01	0.01	60.00	0.60						
			Соль	0.001	0.001	12.00	0.01						
			Сметана	0.005	0.005	187.00	0.94						
			Яица	0.005	0.005	116.66	0.58						
2	Чай с сахаром	200	Чай	0.001	0.002	500.00	0.50	0.2	0	14	56.8	№160108	
			Сахар	0.01	0.01	60.00	0.60						
3	Хлеб пшеничн	50	Хлеб	0.05	0.05	35.00	1.75	7.12	2.64	37.36	212.8	№200102	
6									9.14				
Итого за день:							24.24	25.32	18.28	71.36	479.6		

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей с ОВЗ (5-11кл) из расчета 50 руб в день

2 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	Яицо вареное	1шт	Яица куриные	0.06	0.06	158.33	9.50						С.В.Маслова
			Соль иодир	0.001	0.001	17.00	0.02	12.8	11.6	0.7	158.7		
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75						
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
							12.75						
Обед													
1	Плов из говядины	150	Мясо гов	0.045	0.045	580.00	26.10						С.В.Маслова
			Соль иодиров	0.002	0.002	17.00	0.03						
			Лук	0.005	0.004	25.00	0.13						
			Рис	0.04	0.04	90.00	3.60	12	6	60	230.1	№120535	
			Масло раст	0.005	0.005	130.00	0.65						
			Томат	0.002	0.002	200.00	0.40						
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75						
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
Итого за день:							59.63	32.72	20.64	141.3	768.4		

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 молоком	150	Рис	0.04	0.04	90.00	3.60	5.25	9.15	27.8	216	№2660	С.В.Маслова
			Слив масло	0.008	0.008	525.00	4.20						
			Молоко	0.08	0.08	70.00	5.60						
			Сахар	0.008	0.008	72.00	0.58						
			Соль	0.001	0.001	17.00	0.02						
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72						
Обед													
1	Биточки из говядины с соусом и кашей перловой	50\30\100	Мясо гов	0.04	0.04	580.00	23.20	27	9	13.5	237	№120548	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0.004	0.004	17.00	0.07						
			Лук	0.002	0.001	25.00	0.05						
			Перловка	0.04	0.04	32.00	1.28						
			Масло раст	0.003	0.003	130.00	0.39						
			Яицо	0.003	0.002	158.33	0.47						
			Мука	0.005	0.005	30.00	0.15						
			Томат	0.005	0.005	200.00	1.00						
Масло слив	0.003	0.003	525.00	1.58									
3.39	0.66	42.3	184.5										
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72						
Итого за день:							48.64	43.56	21.85	164.2	1017.1		

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		
			Пшено	0.02	0.02	52.00	1.04	6.5	6.8	18.3	160.5	№2770	С.В.Маслова
			Молоко	0.07	0.07	70.00	4.90						

1	Суп молочный с пшенкой	250	Соль иодиров	0.002	0.002	17.00	0.03						
			Слив масло	0.003	0.003	525.00	1.58						
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75						
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	

Обед

1	Котлеты из говядины с соусом и кашей гречневой	50\30\100	Мясо гов	0.04	0.04	580.00	23.20	12.52	8.48	4.43	144.12	№120548	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0.002	0.002	17.00	0.03						
			Лук	0.003	0.002	25.00	0.08						
			Гречка	0.04	0.04	55.00	2.20						
			Масло раст	0.004	0.004	130.00	0.52						
			Томат	0.002	0.002	200.00	0.40						
			Хлеб	0.008	0.008	44.00	0.35						
			Слив масло	0.003	0.003	525.00	1.58						
	Яицо	0.003	0.003	158.33	0.47	9.3	1.1	66.9	314.7	№179			
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75						
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
Итого за день:						42.84					998.92		

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	Хлеб с маслом и	50\10\12					0.00	7.53	10.95	7.5	229.6	№2613	С.В.Маслова
			Хлеб	0.05	0.05	44.00	2.20						
			Сыр	0.012	0.012	590.00	7.08						

1	сыром	200/15	Слив масло	0.005	0.005	525.00	2.63						
3	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	

Обед

1	Рыба тушеная с соусом и отварными макаронами	70\30\100	Рыба	0.11	0.09	190.00	20.90	7.87	9.38	3.68	129.5	№229	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0.004	0.004	17.00	0.07						
			Раст масло	0.005	0.005	130.00	0.65						
			Мука	0.003	0.003	30.00	0.09						
			Томат	0.003	0.003	200.00	0.60						
			Макаронны	0.05	0.05	38.00	1.90						
			Лук	0.005	0.005	25.00	0.13						
			Слив масло	0.005	0.005	525.00	2.63						
			Морковь	0.005	0.005	40.00	0.20						
2	Хлеб	60	Хлеб	0.06	0.06	44.00	2.64	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	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:						45.36	23.76	22.95	98.58	752.5			

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	150					0.00	6.3	6	33	210	№2613	С.В.Маслова
			Гречка	0.04	0.04	55.00	2.20						
			Слив масло	0.003	0.003	525.00	1.58						

3	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	
Обед													
1	Биточки из куриного филе с соусом и кашей перловой	70\30\100	Мясо гов	0.04	0.04	580.00	23.20	6	1.35	38.25	189.15	№120535	С.В.Маслова
			Хлеб	0.008	0.008	44.00	0.35						
			Раст масло	0.005	0.005	130.00	0.65						
			Соль иодиров	0.004	0.004	17.00	0.07						
			Перловка	0.05	0.05	32.00	1.60						
			Лук	0.005	0.005	25.00	0.13						
			Слив масло	0.005	0.005	525.00	2.63						
			Морковь	0.005	0.005	40.00	0.20						
2	Хлеб	60	Хлеб	0.06	0.06	44.00	2.64	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	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:							47.72	17.89	14.02	107.65	691.95		

Итого: 251.86 50.37 (средняя цена) 5001.5 833.5833 (Ккал в день)

1 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	Суп молочный с макаронами	200	Макароны	0.02	0.02	38.00	0.76	5.5	4.8	23.5	145	№120235	С.В.Маслова
			Молоко	0.07	0.07	70.00	4.90						
			Слив масло	0.002	0.002	525.00	1.05						
			Соль	0.002	0.002	17.00	0.03						
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	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: 10.33

Обед

1	Бефстроганов из куриного филе с кашей пшенной	40\30\100	Курин филе	0.05	0.05	380.00	19.00	14.8	6.2	4.3	135	№120535	С.В.Маслова
			Соль	0.003	0.003	17.00	0.05						
			Лук	0.005	0.004	25.00	0.13						
			Морковь	0.003	0.003	40.00	0.12						
			Масло раст	0.005	0.005	130.00	0.65						
			Мука	0.003	0.003	30.00	0.09						
			Пшено	0.04	0.04	52.00	2.08						
			Слив масло	0.004	0.004	525.00	2.10						
			Соль	0.002	0.002	17.00	0.03						
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72						
Итого за день:							48.15	31.97	16.29	123.9	766.1		

1 неделя - вторник

№		Масса	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн.	Наименование	
Завтрак		г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г			
1	Яйцо вареное	1шт	Яйцо	1	1	9.50	9.50	12.8	11.6	0.7	158.7	№386	С.В.Маслова	
														0.00
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102		
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75	0.2	0	15	58	№160105		
			Сахар	0.015	0.015	72.00	1.08							
														0.00
Итого								13.09						
Обед														
1	Жаркое из говядины	200	Мясо говяд	0.05	0.04	380.00	19.00	38	33	37	500	№120609	С.В.Маслова	
			Картофель	0.15	0.13	40.00	6.00							
			Лук	0.005	4	25.00	0.13							
			Масло раст	0.003	0.003	130.00	0.39							
			Морковь	0.003	0.003	40.00	0.12							
			Томат	0.003	0.005	200.00	0.60							
			Соль	0.002	0.002	17.00	0.03							
			Мука	0.003	0.003	30.00	0.09							
2	Чай с сахаром	200\10	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							
3	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102		
Итого за день:							57.47	58.72	47.44	126.70	1070.90			

1 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	Хлеб с маслом	50\10						8.96	9.1	46.8	318.9		
			Хлеб	0.05	0.05	44.00	2.20						
			Слив масло	0.01	0.01	525.00	5.25						
2	Чай с сахаром	200\10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72						
							0.00						
3							8.92						
			Итого										

Обед

1	Тефтели из говядины с соусом и кашей гречневой	50\50\100	Мясо гов	0.04	0.04	580.00	23.20	12.52	8.48	4.43	145	№120539	С.В.Маслова
			Крупа рисовая	0.003	0.003	90.00	0.27						
			Лук	0.003	0.003	25.00	0.08						
			Масло раст	0.003	0.003	130.00	0.39						
			Томат	0.002	0.002	200.00	0.40						
			Соль	0.002	0.002	17.00	0.03						
			Морковь	0.003	0.0025	40.00	0.12						
			Яицо	0.002	0.0002	158.33	0.32						
			Гречка	0.04	0.04	55.00	2.20						
			Слив масло	0.003	0.003	525.00	1.58						
2	Чай с сахаром	200\10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72						
3	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
	Итого за день:						49.65	25.84	19.30	113.13	737.10		

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		
	Хлеб с сыром	50\12	Хлеб	0.05	0.05	44.00	2.20	27.5	18.8	0	279.4		С.В.Маслова
Сыр			0.012	0.012	590.00	7.08							
Соль			0.001	0.001	17.00	0.02							
2													
3	Чай с сахаром	200\10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75						
Сахар			0.01	0.01	72.00	0.72	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105		
Итого							10.77						
Обед													
1	Котлеты из говядины с кашей перловой	50\30\100	Мясо гов	0.04	0.04	580.00	23.20	13.6	13	22	260.9	№229	С.В.Маслова
Соль			0.003	0.003	17.00	0.05							
Раст масло			0.003	0.003	130.00	0.39							
Мука			0.003	0.005	30.00	0.09							
Томат			0.002	0.002	200.00	0.40							
Морковь			0.002	0.002	40.00	0.08							
Лук			0.004	0.003	25.00	0.10							
Перловка			0.04	0.04	32.00	1.28							
Хлеб			0.008	0.008	44.00	0.35							
Яицо	0.003	0.002	158.33	0.47									
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200\10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75						
Сахар			0.01	0.01	72.00	0.72	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105		
Итого за день:							51.18	45.46	33.52	83.90	813.50		

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	0.04	0.04	90.00	3.60	7	12.2	37	288	№2613	С.В.Маслова
			Молоко	0.08	0.08	70.00	5.60						
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72						
			Слив масло	0.005	0.005	525.00	2.63						
			Соль	0.001	0.001	17.00	0.02						
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75						
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	

Обед

1	Котлеты из куриного филе с соусом и отварными макаронами	50\30\100	Куриное филе	0.055	0.005	380.00	20.90	14.6	4.05	2.8	105.8	№120549	С.В.Маслова
			Соль	0.004	0.004	17.00	0.07						
			Раст масло	0.005	0.005	130.00	0.65						
			Мука	0.003	0.003	30.00	0.09						
			Лук	0.005	0.005	20.00	0.10						
			Яйцо	0.003	0.002	133.33	0.40						
			Хлеб	0.008	0.008	41.66	0.33						
			Макарроны	0.04	0.04	38.00	1.52						
			Слив масло	0.002	0.002	525.00	1.05						
			Томат	0.002	0.002	200.00	0.40						
2	Хлеб	30	Хлеб	0.03	0.03	41.66	1.25	4.1	0.54	30.72	144.3	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	650.00	0.65	0.2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0.01	0.01	67.15	0.67						
Итого за день:							43.87	35.36	19.51	160.82	960.9		

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	Суп молочный с пшеникой	200	Пшено	0.02	0.02	52.00	1.04	5.5	4.8	23.5	145	№120235	С.В.Маслова
			Молоко	0.07	0.07	70.00	4.90						
			Слив масло	0.002	0.002	525.00	1.05						
			Соль	0.002	0.002	17.00	0.03						
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	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:							10.61						

Обед

1	Биточки из куриного филе с соусом и кашей гречневой	50\30\100	Курин филе	0.05	0.05	380.00	19.00	14.6	4.05	2.8	105.8	№120549	С.В.Маслова
			Соль	0.003	0.003	17.00	0.05						
			Лук	0.005	0.004	25.00	0.13						
			Морковь	0.003	0.003	40.00	0.12						
			Масло раст	0.005	0.005	130.00	0.65						
			Мука	0.003	0.003	30.00	0.09						
			Хлеб	0.008	0.008	44.00	0.35						
			Гречка	0.04	0.04	55.00	2.20						
			Слив масло	0.004	0.004	525.00	2.10						
2	Хлеб	40	Хлеб	0.04	0.04	44.00	1.76	3.56	1.32	18.7	106.4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0.001	0.001	750.00	0.75	0.4	0.2	21.6	83.4	№160105	
			Сахар	0.01	0.01	72.00	0.72						
Итого за день:							49.15	41.42	15.29	178.4	973.4		

Итого:

5321.90 886.9833 (Ккал в день)

Итого:

250.32

50.06 (средняя цена)