

Согласовано

Начальник ТО Управления Роспотребнадзора
в КБР в г. Прохладном, Прохладненском, Терском,
Урванском и Терского муниципального района КБР
Дескенском районах _____ В.Э. Хамуков

« 18 »

2020г.

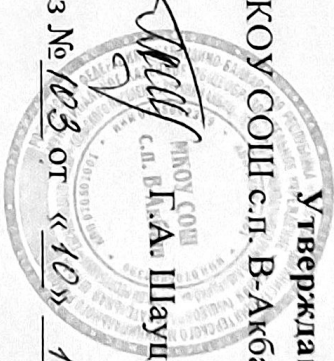


Утверждаю

Директор МКОУ СОШ с.п. В-Акбаш

МКОУ СОШ
с.п. В.А. Шауцукова

Приказ № 103 от « 10 » 11 2020г.



Примерное двухнедельное меню горячих завтраков для детей 7-11 лет
МКОУ СОШ с.п. В-Акбаш Терского муниципального района КБР

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей 7 - 11 лет

I неделя понедельник														
№ п/п	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С	№ техн. карты	Наименование сборника	
	Завтрак	г	г	г	за кг	рубли	г	г	г	г	мг			
1	Терфесли отварные с подливой	80	мясо	0,09	0,08	34,5	31,05	6,728	6,672	9,128	123,472	1,944	ТК № 120539	Сб. С.В. Маслова
			хлеб пшеничный	0,025	0,025	31,96	0,799							
			соль йодированная	0,002	0,002	14,41	0,02882							
			яйцо	0,011	0,01	120	1,32							
			мука пшеничная	0,006	0,006	27,66	0,16596							
			лук	0,003	0,0025	18,41	0,05523							
			томатная паста	0,003	0,003	127,44	0,38232							
			масло растительное	0,004	0,004	104,21	0,41684							
			лук	0,0043	0,0036	18,41	0,079163							
			морковь	0,009	0,0072	25,91	0,23319							
соль	0,005	0,005	14,41	0,07205										
сахар	0,0044	0,0044	51,75	0,2277										
2	Каша перловая (гарнир)	150	крупа перловая	0,05	0,05	29,8	1,49	3,06	2,78	19,1	113,660		ТК №179	Сб.М.П. Мотыльного
			масло сливочное	0,003	0,003	421,07	1,26321							
			капуста	0,09	0,08	16,75	1,5075							
			лук	0,002	0,002	18,41	0,043816							
			масло растительное	0,01	0,01	104,21	1,0421							
3	Салат витаминный с маслом растительным	100	сахар	0,005	0,005	51,75	0,25875	0,864	6,05	5,73	80,83	20,4	ТК№100504	Сб. С.В. Маслова
			соль	0,0025	0,0025	14,41	0,036025							
			морковь	0,025	0,02	25,91	0,64775							
			чай	0,0007	0,0007	520	0,364							
			сахар	0,01	0,01	51,75	0,5175							
			вода	0,2	0,2	0	0							
			лимон	0,005	0,005	150	0,75							
4	Чай с лимоном	200	лимон	0,005	0,005	150	0,75	0,04	0	10,12	40,64	1,6	ТК № 160101	Сб. С.В. Маслова
			сахар	0,01	0,01	51,75	0,5175							
5	Хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 200102	Сб.С.В. Маслова
6	Баган	100	баган	0,20	0,14	85	17	1,5	0,5	21	94,5	10	ТК № 210103	Сб.С.В. Маслова
Итого за день:						61,34892	32,192	17,20	85,078	623,88	33,944			

I неделя вторник

№ п/п	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витам ин С	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г	г	г	за кг	руб/лн	г	г	г	г	мг		
1	Ратун из мяса птицы	230	0,12 0,0023 0,18 0,0164 0,005 0,018 0,006 0,07 0,005	0,1 0,0023 0,15 0,015 0,005 0,015 0,006 0,07 0,005	255,8 14,41 23,75 18,41 127,44 25,91 27,66 0 104,21	30,696 0,033143 4,275 0,301924 0,6372 0,46638 0,16596 0 0,52105	19,43	17,894	26,335	344,1	16,514	ТК № 120609	Сб С.В. Маслова
2	Хлеб пшеничный	50	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 200102	Сб С.В. Маслова
3	Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	0,06 0,06 0,005 0,01 0,11	0,05 0,05 0,005 0,01 0,11	45 45 441,66 51,75 0	2,7 2,2083 0,5175 0	0,55 0,4 0,05	0,1 0,05	1,9 1,25	12 7,05	10,7 5	ТК № 100520 ТК № 100519	Сб С.В. Маслова Сб С.В. Маслова
4	Какао на молоке	200	0,13 0,13	0,13 0,13	48,9 50,45	6,357	3,68	3,48	14,62	104,52	0,54	ТК № 160101	Сб С.В. Маслова
5	Яблоко	100	0,11	0,1	50,45	5,29725	0,4	0,4	9,8	44,4	5	ТК № 210110	Сб С.В. Маслова
Итого за день:						58,47471	44,46	23,124	73,905	681,57	38,2		

I неделя среда													
№ п/п	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витам ин С	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г	г	г	за кг	руб/лн	г	г	г	г	мг		
1	Бифстроганов из говядины	80	0,10 0,2 0,005 0,005 0,004 0,03 0,0024 0,024	0,08 0,2 0,004 0,004 0,004 0,03 0,0024 0,024	345 0 25,91 18,41 14,41 48,9 27,66 0	34,5 0 0,12955 0,09205 0,05764 1,467 0,066384 0	13,12	12,83	3,06	180,19	0,29	ТК № 120548	Сб С.В. Маслова
2	Каша гречневая (гарнир)	150	0,002 0,0055 0,05 0,003 0,006	0,002 0,0055 0,05 0,003 0,006	421,07 148,77 74,16 421,07 14,41	0,84214 0,818235 3,708 1,26321 0,08646	3,71	3,97	14,78	109,69	0,34	ТК № 120535	Сб С.В. Маслова

3	Салат Мозика	100	картофель	0,08	0,07	23,75	1,9												
			зеленый горошек	0,01	0,01	93	0,93												
			морковь	0,038	0,031	25,91	0,98458												
			яйцо	0,011	0,01	120	1,32												
			масло растительное	0,006	0,006	104,21	0,62526												
4	Хлеб пшеничный	50	соль йодированная	0,003	0,003	14,41	0,04323												
			хлеб пшеничный	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20									
			чай	0,0007	0,0007	520	0,364												
			сахар	0,01	0,01	51,75	0,5175												
			вода	0,2	0,2	0	0	0,04	0	10,12									
5	Чай с лимоном	200	лимон	0,005	0,005	150	0,75												
6	Яблоко	100	яблоко	0,13	0,1	50,45	6,5585	0,4	0,4	9,8	44,4	38	ТК № 210106	Сб С.В. Маслова					
Итого за день:							58,62174	38,99	22,82	63,85	616,74	47,25							

I неделя четверг													
№ п/п	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак		г	г		рублн	г	г	г	г	мг		
1	Рыба тушеная с овощами	рыба замороженная	0,14	0,11	152,5	21,35							
		вода	0,027	0,027	0	0							
		морковь	0,03	0,02	25,91	0,7773							
		лук	0,01	0,01	18,41	0,1841							
		томат	0,005	0,005	127,44	0,6372	14,42	8,16	6,79	158,28	3,48	ТК № 229	Сб МП.Мотыльский
		соль йодированная	0,005	0,005	14,41	0,07205							
		сахар	0,004	0,004	51,75	0,207							
		масло растительное	0,005	0,005	104,21	0,52105							
		картофель	0,2	0,16	23,75	4,75							
		масло сливочное	0,005	0,005	421,07	2,10535	2,22	2,56	14,39	89,48	12,615	ТК № 130101	Сб С.В.Маслова
2	Картофельное пюре	150	0,050	0,050	48,9	2,445							Сб С.В.Маслова
3	Салат из сборных овощей	морковь	0,025	0,02	25,91	0,64775							
		капуста	0,1	0,08	16,75	1,675							
		лук	0,01	0,01	18,41	0,1841	1,18	7,08	9,28	105,16	4,55	ТК№100302	Сб С.В.Маслова
		масло растительное	0,01	0,01	104,21	1,0421							
			0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 200102	Сб С.В.Маслова
4	Хлеб пшеничный	50	0,0007	0,0007	520	0,364							Сб С.В.Маслова
5	Чай с лимоном	чай чёрный	0,01	0,01	51,75	0,5175	0,04	0	10,12	40,64	1,6	ТК № 160106	Сб С.В.Маслова
		сахар	0,005	0,005	150	0,75							
		лимон	0,005	0,005	150	0,75							
6	Мандарин	100	0,12	0,1	150	18	0,8	0,2	7,5	35	38	ТК № 210106	Сб С.В.Маслова
Итого за день:						57,8275	38,66	19,20	68,08	599,76	60,25		

I неделя питания														
№ п/п	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С	№ тех. карты	Наименование сборника	
	Завтрак	г	г	г	за кг	рубли	г	г	г	г	мг			
1	Котлеты куриные со сметанным соусом	80	куриное филе	0,13	0,1	255,8	33,254							
			хлеб	0,02	0,02	31,96	0,6392							
			молоко	0,03	0,03	48,9	1,467							
			соль	0,0004	0,0004	14,41	0,005764							
			масло растительное	0,003	0,003	104,21	0,31263	12,35	11,34	12,60	201,86	1,032	ТК № 120611	С6 С.В. Маслова
			яйцо	0,011	0,01	120	1,32							
			лук	0,005	0,005	18,41	0,09205							
			сметана	0,02	0,02	148,77	2,9754							
			мука	0,005	0,005	27,66	0,1383							
			пшено	0,05	0,05	58,58	2,929							
2	Каша пшениная (гарнир)	150	масло сливочное	0,003	0,003	421,07	1,26321	4	4,24	24,55	152,36	48,3	ТК № 130201	С6 С.В. Маслова
3	Хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 200102	С6 С.В. Маслова
4	Чай с молоком с сахаром	200	чай	0,005	0,005	520	2,6							
			сахар	0,01	0,01	51,75	0,5175	1,2	1,28	11,88	63,84	0,24	ТК № 160108	С6 С.В. Маслова
			вода	0,11	0,11	0	0							
			молоко	0,07	0,07	48,9	3,423							
5	Яблоко	100	яблоко	0,12	0,1	50,45	6,054	0,4	0,4	9,8	44,4	5	ТК № 210110	С6 С.В. Маслова
Итого за день:						58,58905	37,95	18,46	78,83	633,26	55,11			

I неделя суббота															
№ п/п	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С мг	№ тех. карты	Наименование сборника		
	Завтрак		г	г		руб	г	г	г	г	мг				
1	Тефтели мясные отварные с подливой	80	мясо	0,081	0,075	345	27,7725								
			хлеб пшеничный	0,012	0,012	31,96	0,38352								
			лук	0,012	0,01	18,41	0,22092								
			молоко	0,01	0,01	48,9	0,489								
			яйцо	0,011	0,01	120	1,32								
			мука	0,005	0,005	27,66	0,1383	6,72							
			лук	0,005	0,005	18,41	0,09205		6,67						
			масло растительное	0,003	0,003	104,21	0,31263			9,12					
			томатная паста	0,002	0,002	127,44	0,25488				123,39		1,94	ТК №120539	С6 С.В. Маслова

		соль йодированная	0,005	0,005	14,41	0,07205							
		капуста	0,1	0,08	16,75	1,675							
		лук	0,005	0,004	18,41	0,09205							
2	Салат витаминный с маслом растительным	масло растительное	0,01	0,01	104,21	1,0421	1,44	10,08	9,55	134,68	20,4	ТК №100504	Сб. С.В. Маслова
		сахар	0,005	0,005	51,75	0,25875							
		соль	0,0025	0,0025	14,41	0,036025							
		морковь	0,025	0,02	25,91	0,64775							
3	Хлеб пшеничный	хлеб	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 200102	Сб. С.В. Маслова
		какао - порошок	0,004	0,004	441,66	1,76664							
		сахар	0,01	0,01	51,75	0,5175							
4	Какао на молоке	вода	0,11	0,11	0	0	3,68	3,48	14,62	104,52	0,54	ТК № 160101	Сб. С.В. Маслова
		молоко	0,08	0,08	48,9	3,8142							
5	Мандарин	мандарин	0,11	0,1	150	16,5	0,8	0,2	7,5	35	38	ТК № 210106	Сб. С.В. Маслова
Итого за день:						59,00387	32,64	21,63	60,79	568,39	60,88		

II неделя понедельник													
№ п/п	Масса	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С	№ техн. карты	Наименование
	г		г	г	за кг	руб.	г	г	г	г	мг		сб. С.В. Маслова
	Завтрак												
		мясо	0,11	0,08	345	36,225							
		соль йодированная	0,005	0,005	14,41	0,07205							
		лук	0,01	0,008	18,41	0,1841							
		соль йодированная	0,004	0,004	14,41	0,05764							
		мука пшеничная	0,01	0,01	27,66	0,2766							
		яйцо	0,011	0,01	120	1,32	8,53	9,7	9,6	162,82	0,08	ТК №120535	Сб. С.В. Маслова
		вода	0,14	0,14	0	0							
		масло растительное	0,002	0,002	104,21	0,20842							
		лук	0,005	0,005	18,41	0,09205							
		масло растительное	0,003	0,003	104,21	0,31263							
		томатная паста	0,002	0,002	127,44	0,25488							
		рис	0,05	0,05	50,5	2,525							
		соль йодированная	0,004	0,004	14,41	0,05764							
		масло сливоч.	0,0045	0,0045	421,07	1,894815	3,70	4,24	40,98	216,88	1,94	ТК № 120539	Сб. С.В. Маслова
2	Каша рисовая (гарнир)	морковь	0,03	0,015	25,91	0,7773							
		капуста	0,11	0,09	16,75	1,8425	1,18	7,08	9,28	105,16	4,55	ТК №100302	Сб. С.В. Маслова
		лук	0,01	0,008	18,41	0,1841							
3	Салат из сборных овощей	масло растительное	0,01	0,01	104,21	1,0421							
		хлеб пшеничный	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 200102	Сб. С.В. Маслова
4	Хлеб пшеничный	чай чёрный	0,0007	0,0007	520	0,364							

		масло растительное	0,01	0,01	104,21	1,0421												
2	Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	помидоры	0,06	0,05	45	2,7	0,55	0,1	1,9	12	10,7	ТК № 100520	С6 С.В.Маслова				
			огурцы	0,06	0,05	45	2,7	0,4	0,05	1,25	7,05	5	ТК №100519	С6 С.В.Маслова				
3	Чай с сахаром	200	чай черный	0,0007	0,0007	520	0,364	0	0	10	40	0	ТК № 160105	С6 С.В.Маслова				
			сахар	0,015	0,015	51,75	0,77625						ТК № 200102	С6 С.В.Маслова				
4	Хлеб пшеничный	50	хлеб	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 210106	С6 С.В.Маслова				
5	Мандарин	100	мандарин	0,11	0,1	150	15,9	0,8	0,2	7,5	35	38						
Итого за день:						58,58722	37,00	19,84	63,44	580,32	88,738							

II неделя четверг														
№ п/п		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма руб/ли	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С мг	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г			г	г	г	г			
1	Рыба тушеная с овощами	80	рыба	0,15	0,11	152,5	22,875						ТК № 229	С6 МП.Могильный
			томат	0,005	0,005	127,44	0,6372							
			соль йодированная	0,005	0,005	14,41	0,07205							
			лук	0,02	0,02	18,41	0,3682	14,42	8,16	6,79	158,28	3,48		
			сахар	0,004	0,004	51,75	0,207							
			морковь	0,03	0,02	25,91	0,7773							
			масло растительное	0,005	0,005	104,21	0,52105							
			картофель	0,2	0,16	23,75	4,75							
2	Картофельное пюре	150	соль йодированная	0,003	0,003	14,41	0,04323	3,33	3,84	21,59	134,24	12,615	ТК № 130101	С6 С.В.Маслова
			молоко	0,05	0,05	48,9	2,445							
			хлеб пшеничный	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 200102	С6 С.В.Маслова
3	Хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	0,03	0,03	333,5	10	0,003	0,00	2,38	9,63	0,12		
4	Мармелад "Бонди" (30г)	30	мармелад	0,004	0,004	441,66	1,76664							
5	Какао на молоке	200	какао - порошок	0,01	0,01	51,75	0,5175	3,68	3,48	14,62	104,52	0,54	ТК № 160101	С6 С.В.Маслова
			сахар	0,11	0,11	0	0							
			вода	0,1	0,1	48,9	4,89							
			молоко	0,1	0,1	48,9	4,89							
6	Йогурт	100	йогурт	0,13	0,1	50,45	58,03167	41,83	17,08	75,18	621,76	21,755		С6 С.В.Маслова
Итого за день:														

II неделя пятница														
		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С	№ техн. карты	Наименование сборника
№		г		г	г	за кг	руб/л	г	г	г	г	мг		
п/п	Завтрак			0,10	0,08	34,5	34,5							
1			мясо	0,005	0,005	14,41	0,07205							
			соль йодированная	0,02	0,02	48,9	0,978							
			молоко											

2	Салат Мозайка	100	зеленый горошек	0,02	0,02	93	1,86	1,72	4,42	6,09	71,02	7,02	ТК № 100505	Сб С.В.Маслова
			морковь	0,04	0,03	25,91	1,0364							
			яйцо	0,011	0,01	120	1,32							
			масло растительное	0,006	0,006	104,21	0,62526							
			соль йодированная	0,003	0,003	14,41	0,04323							
3	Чай с сахаром	200	чай	0,0007	0,0007	520	0,364	0	0	10	40	0	ТК № 160105	Сб С.В.Маслова
			сахар	0,01	0,01	51,75	0,5175							
			вода	0,2	0,2	0	0							
4	Хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	0,05	0,05	31,96	1,598	20	1,2	20	170,8	0	ТК № 200102	Сб С.В.Маслова
5	яблоко	100	яблоко	0,13	0,1	50,45	6,5585	0,4	0,4	9,8	44,4	5	ТК № 210110	Сб С.В.Маслова
								58,03555	41,55	23,91	72,23	28,534		
			Итого за весь период					702,48						
			Среднее значение за период					58,54						