



«Утверждаю»

М.В.Тарканова

Директор

Примерное двухнедельное меню

для учащихся с ОВЗ

МКОУ СОШ им.Х.Т. Карашаева с.п. В-Акбаш

на 2023-2024 уч.год

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей с ОВЗ (5-11кл) из расчета 50 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								
1	Омлет	60\5	Яйца куриные	1	1	7,50	7,50	9	8,1	0,7	111,66	№2613	С.В.Маслова
			Молоко	0,04	0,04	53,00	2,12						
			Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
			Соль иодир	0,001	0,001	12,00	0,01						
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90						

Обед

1	Котлеты из говядины с гречневой кашей и соусом	50\50	Мясо гов	0,065	0,05	420,00	27,30	8,17	7,95	9,75	143,23	№120535	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,003	0,003	12,00	0,04						
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13						
			Яйцо кур	0,005	0,005	116,66	0,58						
			Масло раст	0,005	0,005	130,00	0,65	8,9	5,6	41,4	251,6		
			Хлеб	0,01	0,01	35,00	0,35						
			Мука	0,003	0,003	24,00	0,07						
			Томат	0,001	0,001	150,00	0,15						
			Гречка	0,04	0,04	100,00	4,00						
			Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						

2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	35,00	1,40	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60						
Итого за день:							51,96	33,33	22,55	133,05	862,99		

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 молоком	150	рис	0,04	0,04	50,00	2,00	6,6	4	9,4	139,2	№2660	С.В.Маслова
			Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
			Молоко	0,03	0,03	53,00	1,59						
			Соль	0,002	0,002	12,00	0,02						
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60						

2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90						
Итого за день:							59,76						

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	Суп молочный с пшеникой	250					0,00	5,5	4,75	19,75	145	№2613	С.В.Маслова
			Молоко	0,08	0,08	53,00	4,24						
			Пшено	0,02	0,02	45,00	0,90						
			Слив масло	0,002	0,002	511,00	1,02						
			Соль	0,002	0,002	12,00	0,02						
						0,00							
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90						

№		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	150					0,00	4,3	6	27,7	186	№2613	С.В.Маслова
			Гречка	0,04	0,04	100,00	4,00						
			Слив масло	0,003	0,01	511,00	1,53						
			Молоко	0,03	0,003	53,00	1,59						
			Соль	0,002	0,09	12,00	0,02						
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90						

Обед

1	Котлеты из говядины с отварн макаронами и соусом	50\50\100	Мясо гов	0,06	0,05	420,00	25,20	13,58	9,78	2,08	150,66	№120549	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,003	0,003	12,00	0,04						
			Раст масло	0,004	0,004	130,00	0,52						
			Мука	0,005	0,005	24,00	0,12						
			Томат	0,002	0,002	150,00	0,30						
			Соль иодиров	0,002	0,002	12,00	0,02						
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13						
			Макароны	0,04	0,04	35,00	1,40						
			Слив масло	0,002	0,002	511,00	1,02						
			Яицо	0,003	0,002	116,66	0,35						
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	

3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№16010 5	
			Сахар	0,015	0,015	56,00	0,84						
Итого за день:						42,48		25,1	16,68	110,98	693,16		

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	1 шт					0,00	8	7	0,5	95,2	№2613	С.В.Маслова
						0,00							
			Яицо	1	1	7,00	7,00						
			Соль	0,001	0,001	12,00	0,01						
						0,00							
2	Каша пшенная с сахаром	100	Пшено	0,04	0,04	45,00	1,80	7,2	4,95	25,6	177		№2294
			Сахар	0,008	0,008	60,00	0,48						
			Слив масло	0,005	0,005	511,00	2,56						
			Молоко	0,05	0,05	53,00	2,65						
			Соль	0,001	0,001	12,00	0,01						
3	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
4	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60						

Обед

1	Биточки из говяд с кашей перловой и соусом	50\30\150	Мясо гов	0,065	0,05	420,00	27,30	7,5	9	4,5	129	№120539	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,003	0,003	12,00	0,04						
			Раст масло	0,004	0,004	130,00	0,52						
			Мука	0,005	0,005	24,00	0,12						
			Томат	0,002	0,002	150,00	0,30						
			Соль иодиров	0,002	0,002	12,00	0,02						
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13	6	1,35	38,25	189,15	№120535	

			Перловка	0,04	0,04	30,00	1,20						
			Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
			Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60	0,2	0	15	58	№160105	
Итого за день:							51,37						