

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

I 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	Бефстроанов из куриного филе	50\50	Кириное филе	0,08	0,05	400,00	32,00	14,8	6,2	4,3	135	№120535	С.В.Маслова
			Соль иодир	0,005	0,005	17,00	0,09						
			Лук	0,005	0,008	30,00	0,15						
			Вода	0,02	0,01		0,00						
			Масло раст	0,008	0,008	135,00	1,08						
			Масло слив	0,003	0,003	650,00	1,95						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Сметана	0,01	0,01	220,00	2,20						
2	Каша пшенная	150\5	Пшено	0,05	0,05	52,00	2,60	3,75	2,25	15,5	106,5	№120535	
			Сл масло	0,005	0,005	650,00	3,25						
			Соль иодир	0,002	0,002	17,00	0,03						
3	Зеленый горошек	50	Зелен горошек	0,05	0,05	100,00	5,00	1,5	0,25	4,9	26		
	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13	0,2	0	14	56	№160105	
4	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	5,3	1,98	28,02	159,6	№200102	
Итого за день:							52,95	25,55	10,68	66,72	483,1		

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	Жаркое из говядины	230	Мясо гов	0,11	0,065	580,00	63,80	4,89	9,16	20,41	183,64	№120609	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,002	0,002	17,00	0,03						
			Картофель	0,18	0,16	50,00	9,00						
			Лук	0,008	0,007	30,00	0,24						
			Томат	0,005	0,005	285,00	1,43						
			Морковь	0,005	0,004	50,00	0,25						
			Мука	0,002	0,002	30,00	0,06						
			Вода	0,07			0,00						
Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68									
3	Хлеб пшеничн	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	5,3	1,98	28,02	159,6	№200102	
4	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75					№160105	
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13	0,2	0	14	56		
Итого за день:							80,00	10,39	11,14	62,43	399,24		

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	Тефтели из говядины в томатном соусе	80\50	Мясо гов	0,09	0,065	580,00	52,20	12,52	8,48	4,43	145	№120548	С.В.Маслова
			Вода	0,2			0,00						
			Морковь	0,003	0,004	50,00	0,15						
			Лук	0,01	0,008	30,00	0,30						
			Соль	0,005	0,005	17,00	0,09						
			Рис	0,005	0,005	95,00	0,48						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Томат	0,003	0,003	285,00	0,86						
			Яицо курин	0,004	0,003	167,00	0,67						
			Вода	0,05	0,05		0,00						
Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68									
2	Каша гречневая	150	Гречка	0,05	0,05	65,00	3,25	20,1	5,1	107,3	514,5	№120539	
			Слив масло	0,005	0,005	650,00	3,25						
			Соль	0,002	0,002	17,00	0,03						
3	Огурцы свеж	60	Огурцы	0,07	0,06	80,00	5,60	0,65	0,1	3,6	16		
4	Хлеб пшеничн	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	5,3	1,98	28,02	159,6	№200102	
5	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13	0,2	0	14	56	№160101	
Итого за день:							72,15	38,77	15,66	157,35	891,1		

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	Котлеты из говядины	80\50	Мясо гов	0,090	0,065	580,00	52,20	10,88	12,75	1,95	166,40	№229	С.В.Маслова
			Вода	0,027			0,00						
			Морковь	0,005	0,004	50,00	0,25						
			Лук	0,005	0,004	30,00	0,15						
			Томат	0,005	0,005	285,00	1,43						
			Соль	0,003	0,003	17,00	0,05						
			Хлеб	0,010	0,010	44,00	0,44						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Яицо	0,004	0,003	167,00	0,67						
			Раст масло	0,005	0,005	135,00	0,68						
2	Перловка отварная	150	Перловка	0,050	0,050	38,00	1,90	2,80	0,30	20,10	94,50	№120535	
			Слив масло	0,005	0,005	650,00	3,25						
			Соль	0,002	0,002	17,00	0,03						
4	Хлеб пшеничн 0,6г	60	Хлеб	0,060	0,060	44,00	2,64	5,3	1,98	28,02	159,6	№200102	
5	Какао с молоком	200/20	Какао-порошок	0,003	0,003	800,00	2,40	5,80	5,80	34,40	205,60	№160101	
			Сахар	0,015	0,015	75,00	1,13						
			Молоко	0,090	0,090	70,00	6,30						
6	Яблоко	180	Яблоко	0,18	0,18	60,00	10,80	0,80	0,80	9,75	94,00	№210106	
Итого за день:							84,43	25,58	21,63	94,22	720,10		

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	Котлеты из курин филе со сметанным соусом	80\50	Куриное филе	0,12	0,09	400,00	48,00	14,6	4,05	2,8	105,8	№120549	С.В.Маслова
			Соль иод	0,003	0,003	17,00	0,05						
			Лук	0,005	0,004	30,00	0,15						
			Яицо (60гр)	0,005	0,004	167,00	0,84						
			Сметана	0,005	0,005	220,00	1,10						
			Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68						
			Хлеб	0,008	0,008	44,00	0,35						
			Молоко	0,01	0,01	70,00	0,70						
2	Макароны отварные	150	Макароны	0,05	0,05	38,00	1,90	6	1,35	38,3	514,5	№120539	
			Слив масло	0,005	0,005	650,00	3,25						
			Соль иод	0,002	0,002	17,00	0,03						
4	Хлеб пшен	60	Хлеб	0,06	0,06	44,00	2,64	5,3	1,98	28,02	159,6	№200102	
5	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	75,00	1,13						
Итого за день:							61,56	26,3	7,58	90,72	863,3		

Итого за весь период

351,10 126,59 66,69 471,44 3356,84

Среднее значение за период

70,2192 25,318 13,338 94,288 671,368