

ИП Пирцхалаишвили Г.Т.
Пирцхалаишвили Г.Т.

Директор МБОУ Старочеркасская СОШ
Кривошапкина Н.Н.



С 13.01.2022г.

Двухнедельное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся из малообеспеченных семей (5-11 классы)

1 неделя понедельник						
Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА,руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша вязкая молочная из риса	250/10	6,82	12,92	63,01	397,62	24,01
Сыр твердый	20	4,64	5,91	-	72,00	15,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	3,00
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	3,00
Фрукты свежие	100	0,52	0,52	8,46	96,00	10,99
Итого	620	15,21	19,77	91,19	673,14	56,00
1 неделя вторник						
Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА,руб
		белки	жиры	углеводы		
Котлета куриная с соусом красным	80/50	13,52	15,76	16,58	262,40	39,54
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,32	4,50	38,85	221,50	9,00
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	96,00	3,46
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	4,00
Итого	557	23,13	20,68	89,95	641,90	56,00
1 неделя среда						
Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА,руб
		белки	жиры	углеводы		
Тефтели свиные с соусом красным	80/50	5,06	11,72	8,44	162,18	41,54
Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,46	5,79	30,46	195,70	8,00
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	96,00	3,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	3,00
Итого	535	13,75	17,93	58,62	467,88	56,00
1 неделя четверг						
Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА,руб
		белки	жиры	углеводы		

		белки	жиры	углеводы		
Рыба припущенная с соусом красным	80/50	8,94	1,98	2,09	108,15	40,20
Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	3,60	4,30	37,53	203,55	9,34
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	96,00	3,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	3,00
Итого	535	15,77	6,70	59,34	421,70	56,00

1 неделя пятница

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА, руб
		белки	жиры	углеводы		
Курица отварная с соусом красным	80/50	9,35	9,33	2,81	132,80	40,54
Каша ячневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	3,60	4,30	37,53	203,55	9,00
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	96,00	3,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	3,00
Итого	535	16,18	14,05	60,06	446,35	56,00

2 неделя понедельник

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша жидкая молочная из манной крупы	250/10	6,82	12,92	63,01	330,68	23,01
Сыр твердый	20	4,64	5,91	-	72,00	15,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	3,00
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	4,00
Фрукты свежие	100	0,52	0,52	8,46	96,00	10,99
Итого	642	15,27	19,77	105,99	654,20	56,00

2 неделя вторник

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА, руб
		белки	жиры	углеводы		
Биточки куриные с соусом красным	80/50	13,52	15,76	16,58	262,40	39,54
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,32	4,50	38,85	221,50	9,00
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	98,00	3,46
Чай с лимоном	200	0,07	0,02	0,40	14,00	4,00
Итого	535	23,07	20,68	75,15	595,90	56,00

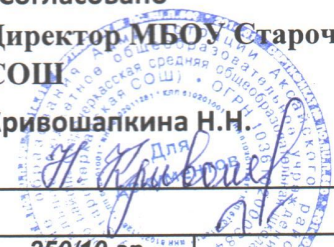
2 неделя среда

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА,руб
		белки	жиры	углеводы		
Котлеты свиные с соусом красным	80/50	6,58	14,63	8,60	194,00	41,54
Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,46	5,79	30,46	195,70	8,00
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	96,00	3,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	3,00
Итого	535	15,27	20,84	58,78	499,70	56,00
2 неделя четверг						
Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА,руб
		белки	жиры	углеводы		
Рыба тушеная в томате с овощами	80/50	8,75	6,89	7,02	105,00	40,20
Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	3,60	4,30	37,53	203,55	9,34
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	96,00	3,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	3,00
Итого	535	15,58	11,61	64,27	418,55	56,00
2 неделя пятница						
Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	ЦЕНА,руб
		белки	жиры	углеводы		
Курица тушеная с соусом красным	80/50	19,58	16,45	1,60	241,60	40,54
Каша ячневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	3,60	4,30	37,53	203,55	9,00
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	96,00	3,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	3,00
Итого	535	26,41	21,17	58,85	555,15	56,00

"Согласовано"

Директор МБОУ Старочеркасская
СОШ

Кривошапкина Н.Н.



Расчет блюд по МЕНЮ МО

Каша вязкая молочная из риса		порция	250/10 гр		
	Крупа рисовая	кг	0,055	48,00	2,64
	Молоко	кг	0,125	50,00	6,25
	Сахар	кг	0,0075	51,00	0,38
	Соль йодированная	кг	0,002	12,00	0,02
	Масло сливочное	кг	0,01	522,50	5,23
					14,52
				Продажа	24,01
Каша вязкая молочная из манной крупы		порция	250/10 гр		
	Крупа манная	кг	0,0388	36,50	1,42
	Молоко	кг	0,125	50,00	6,25
	Сахар	кг	0,008	51,00	0,38
	Соль йодированная	кг	0,001	12,00	0,01
	Масло сливочное	кг	0,010	522,50	5,23
					13,29
				Продажа	23,01
Каша Ячневая рассыпчатая с маслом		порция	150/5гр		
	Крупа ячневая	кг	0,071	27,00	1,92
	Соль йодированная	кг	0,002	12,00	0,02
	Масло сливочное	кг	0,005	522,50	2,61
					7,74
				Продажа	9,00
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом		порция	150/5гр		
	Крупа пшеничная	кг	0,060	41,00	2,46
	Соль йодированная	кг	0,002	12,00	0,02
	Масло сливочное	кг	0,005	522,50	2,61
					5,10
				Продажа	9,00
Каша рисовая рассыпчатая с маслом		порция	150/5гр		
	Крупа рисовая	кг	0,054	48,00	2,59
	Соль йодированная	кг	0,002	12,00	0,02
	Масло сливочное	кг	0,005	522,50	2,61
					6,07
				Продажа	9,34
Котлета/биточки куриная с соусом красн.		порция	80/50гр		
	Куры	кг	0,116	169,00	19,60
	Хлеб пшеничный	кг	0,01357	48,39	0,66
	Внутренний жир	кг	0,003	150,00	0,45
	Сухари панировочные	кг	0,00754	100,00	0,75
	Масло растительное	кг	0,005	111,00	0,53
	Масло растительное	кг	0,0015	111,00	0,17
	Мука пшеничная	кг	0,0025	26,50	0,07
	Томатная паста	кг	0,01	63,00	0,63
	Морковь	кг	0,005	35,00	0,18
	Лук	кг	0,0024	30,00	0,07
	Зелень петрушки	кг	0,00135	1000,00	1,35
	Сахар	кг	0,00125	51,00	0,06
	Соль	кг	0,0005	12,00	0,01
					24,53
				Продажа	39,54
Котлета свинная с соусом красным		порция	80/50гр		
	Свинина	кг	0,0659	279,00	18,39
	Лук	кг	0,0077	30,00	0,23
	Сухари панировочные	кг	0,0077	85,00	0,65
	Хлеб пшеничный	кг	0,0138	48,39	0,67
	Соль йодированная	кг	0,003	12,00	0,04
	Чеснок	кг	0,0008	200,00	0,16
	Масло растительное	кг	0,005	111,00	0,53
	Масло растительное	кг	0,0015	111,00	0,17
	Мука пшеничная	кг	0,0025	26,50	0,07
	Морковь	кг	0,005	35,00	0,18
	Томатная паста	кг	0,01	63,00	0,63
	Лук	кг	0,0024	30,00	0,07
	Зелень	кг	0,00135	1000,00	1,35
	Сахар	кг	0,00125	51,00	0,06
	Соль йодированная	кг	0,0005	12,00	0,01

					23,20
				Продажа	41,54
Куры отварные с соусом красным	порция	80/50гр			
Курица	кг	0,166	169,00		28,12
Лук	кг	0,004	30,00		0,12
Соль	кг	0,002	12,00		0,02
Масло растительное	кг	0,0015	111,00		0,17
Мука пшеничная	кг	0,0025	26,50		0,07
Томатная паста	кг	0,010	63,00		0,63
Морковь	кг	0,005	35,00		0,18
Лук	кг	0,0024	30,00		0,07
Зелень	кг	0,00135	1000,00		1,35
Сахар	кг	0,00125	51,00		0,06
Соль йодированная	кг	0,0005	12,00		0,01
					30,80
				Продажа	40,54
Куры тушеные с соусом красным	порция	80/50гр			
Курица	кг	0,174	169,00		29,41
Масло растительное	кг	0,00321	111,00		0,36
Соль йодированная	кг	0,003	12,00		0,04
Масло растительное	кг	0,0015	111,00		0,17
Мука пшеничная	кг	0,0025	26,50		0,07
Томатная паста	кг	0,010	63,00		0,63
Морковь	кг	0,0024	35,00		0,08
Зелень	кг	0,00135	1000,00		1,35
Сахар	кг	0,00125	51,00		0,06
Соль йодированная	кг	0,005	12,00		0,06
Лавровый лист	кг	0,001	750,00		0,75
					32,97
				Продажа	40,54
Макароньы отварные	порция	150/5гр			
Макароньы твердых сортов гр "А" в/с	кг	0,0525	33,00		1,73
Масло сливочное	кг	0,00525	522,50		2,74
Соль	кг	0,002	12,00		0,02
					5,33
				Продажа	8,00
Рыба припущенная с соусом красным	порция	80/50гр			
Минтай	кг	0,1968	132,00		25,98
Лук	кг	0,0048	30,00		0,14
Зелень петрушка	кг	0,0048	1000,00		4,80
Соль йодированная	кг	0,002	12,00		0,02
Масло растительное	кг	0,0015	111,00		0,17
Мука пшеничная	кг	0,0025	26,50		0,07
Томатная паста	кг	0,01	63,00		0,63
Морковь	кг	0,005	35,00		0,18
Лук	кг	0,0024	30,00		0,07
Зелень петрушка	кг	0,00135	1000,00		1,35
Сахар	кг	0,00125	51,00		0,06
Соль йодированная	кг	0,0005	12,00		0,01
Лавровый лист	кг	0,0001	750,00		0,08
					33,55
				Продажа	40,20
Рыба тушеная с овощами	порция	80/50гр			
Минтай	кг	0,1968	132,00		25,98
Лук	кг	0,0048	30,00		0,14
Зелень петрушка	кг	0,0048	1000,00		4,80
Соль йодированная	кг	0,002	12,00		0,02
Масло растительное	кг	0,0015	111,00		0,17
Мука пшеничная	кг	0,0025	26,50		0,07
Томатная паста	кг	0,01	63,00		0,63
Морковь	кг	0,005	35,00		0,18
Лук	кг	0,0024	30,00		0,07
Зелень петрушка	кг	0,00135	1000,00		1,35
Сахар	кг	0,00125	51,00		0,06
Соль йодированная	кг	0,0005	12,00		0,01
Лавровый лист	кг	0,0001	750,00		0,08
					33,55
				Продажа	40,20
Тефтели из свинины с соусом красным	порция	80/50гр			
Свинина	кг	0,06	279,00		22,74
Крупа рисовая	кг	0,006	48,00		0,29
Лук	кг	0,028	30,00		0,84
Масло растительное	кг	0,004	111,00		0,44
Соль йодированная	кг	0,003	12,00		0,04
Масло растительное	кг	0,0015	111,00		0,17
Мука	кг	0,0025	26,50		0,07

Томатная паста	кг	0,01	63,00	0,63
Морковь	кг	0,005	35,00	0,18
Лук	кг	0,0024	30,00	0,07
Зелень	кг	0,00135	1000,00	1,35
Сахар	кг	0,00125	51,00	0,06
Соль йодированная	кг	0,0005	12,00	0,01
Лавровый лист	кг	0,0001	750,00	0,08
				26,95
			Продажа	41,54
Хлеб пшеничный	порция	40гр		
Хлеб пшеничный	кг	0,04	48,39	1,94
			Продажа	3,00
Хлеб пшеничный	порция	50гр		
Хлеб пшеничный	кг	0,05	48,39	2,42
			Продажа	3,46
Чай с сахаром	порция	200гр		
Сахар	кг	0,015	51,00	0,77
Чай	кг	0,0005	525,00	0,26
				1,03
			Продажа	3,00
Чай с сахаром и лимоном	порция	200/15/7гр		
Лимон	кг	0,008	83,20	0,67
Сахар	кг	0,015	51,00	0,77
Чай	кг	0,001	525,00	0,53
				1,96
			Продажа	4,00
Фрукты свежие	порция	100 гр		
	кг	0,100	80,00	8,00
			Продажа	10,99
Какао с молоком	порция	200гр		
Какао порошок	кг	0,004	370,00	1,48
Молоко	кг	0,1	50,00	5,00
Сахар	кг	0,02	51,00	1,02
				7,50
			Продажа	12,00
Сыр твердый	порция	20гр		
Сыр твердый	кг	0,020	379,00	7,58
			Продажа	15,00

ИП Пирцхалаишвили Г.Т.
Пирцхалаишвили Г.Т.

