УТВЕРЖДАЮ:
Директор
КГУ «Общеобразовательная школа
села Ангал батыр»
Н.К.Шокаев
"___" _____2023год

**Четырехнедельное меню блюд**
**(зима-весна)**
**I неделя**

**1-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Тефтели мясные | 80 | 90 | 100 | говядина | 60 | 80 | 80 | 2537,00 | 150,4 | 200,6 | 200,6 |
| | | | | рис | 20 | 25 | 30 | 640,00 | 12,8 | 16,0 | 19,2 |
| | | | | лук репчатый | 32 | 36 | 40 | 241,00 | 7,7 | 8,7 | 9,6 |
| | | | | масло растительное | 4 | 5 | 6 | 860,00 | 3,4 | 4,3 | 5,2 |
| | | | | яйцо | 2 | 7 | 7 | 467,00 | 0,9 | 3,3 | 3,3 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 1 | 1 | 83,00 | 0,1 | 0,1 | 0,1 |
| | | | | масло сливочное | 5 | 5 | 5 | 4266,00 | 21,3 | 21,3 | 21,3 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 100 | 130 | 150 | крупа гречневая | 40 | 55 | 65 | 506,00 | 20,2 | 27,8 | 32,9 |
| | | | | масло сливочное | 5 | 6 | 8 | 4266,00 | 21,3 | 25,6 | 34,1 |
| Мед пчелиный | 13 | 13 | 13 | мед пчелиный | 13 | 13 | 13 | 3403,00 | 44,2 | 44,2 | 44,2 |
| Молоко | 210 | 210 | 210 | молоко | 210 | 210 | 210 | 493,00 | 103,5 | 103,5 | 103,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **412** | **478** | **505** | | 395,0 | 471,2 | 492,1 |

2-й день

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Салат из свежих овощей | 60 | 100 | 100 | капуста белокочанная | 50 | 60 | 70 | 177,00 | 8,9 | 10,6 | 12,4 |
| | | | | морковь | 6 | 7 | 8 | 212,00 | 1,3 | 1,5 | 1,7 |
| | | | | масло растительное | 4 | 4 | 5 | 860,00 | 3,4 | 3,4 | 4,3 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 200 | 200 | курица | 140 | 165 | 200 | 1455,00 | 203,7 | 240,1 | 291,0 |
| | | | | картофель | 70 | 75 | 80 | 187,00 | 13,1 | 14,0 | 15,0 |
| | | | | лук репчатый | 15 | 15 | 20 | 241,00 | 3,6 | 3,6 | 4,8 |
| | | | | томатная паста | 11 | 11 | 11 | 1604,00 | 17,6 | 17,6 | 17,6 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 2 | 3 | 83,00 | 0,1 | 0,2 | 0,2 |
| | | | | масло растительное | 4 | 4 | 5 | 860,00 | 3,4 | 3,4 | 4,3 |
| Кисель из плодов шиповника | 200 | 200 | 200 | плоды шиповника сушеные | 5 | 5 | 5 | 4000,00 | 20,0 | 20,0 | 20,0 |
| | | | | сахар | 30 | 35 | 40 | 482,00 | 14,5 | 16,9 | 19,3 |
| | | | | крахмал картофельный | 10 | 10 | 10 | 870,00 | 8,7 | 8,7 | 8,7 |
| | | | | кислота лимонная | 1 | 1 | 1 | 1200,00 | 1,2 | 1,2 | 1,2 |
| Яблоко | 250 | 250 | 250 | яблоко | 250 | 250 | 250 | 607,00 | 151,8 | 151,8 | 151,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 442,00 | 8,8 | 15,5 | 17,7 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **617** | **679** | **748** | | 460,0 | 508,3 | 569,7 |

3-й день

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Каша рисовая | 160 | 180 | 200 | рис | 60 | 75 | 95 | 600,00 | 36,0 | 45,0 | 57,0 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 1 | 1 | 83,00 | 0,1 | 0,1 | 0,1 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | масло сливочное | 5 | 5 | 5 | 4266,00 | 21,3 | 21,3 | 21,3 |
| | | | | молоко | 30 | 34 | 40 | 493,00 | 14,8 | 16,8 | 19,7 |
| | | | | сахар | 4 | 5 | 6 | 482,00 | 1,9 | 2,4 | 2,9 |
| Сыр | 10 | 15 | 15 | сыр | 10 | 15 | 15 | 4036,00 | 40,4 | 60,5 | 60,5 |
| Молоко | 200 | 200 | 200 | молоко | 200 | 200 | 200 | 493,00 | 98,6 | 98,6 | 98,6 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **330** | **370** | **402** | | 222,1 | 260,6 | 278,3 |

**4-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лей** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** |
| Салат из моркови | 60 | 100 | 100 | морковь | 64 | 76 | 98 | 212,00 | 13,6 | 16,1 | 20,8 |
| | | | | сахар | 5 | 5 | 5 | 482,00 | 2,4 | 2,4 | 2,4 |
| | | | | масло растительное | 6 | 12 | 12 | 860,00 | 5,2 | 10,3 | 10,3 |
| Тефтели из рыбы свежемороженный | 80 | 100 | 100 | рыба свежемороженный | 110 | 130 | 140 | 869,00 | 95,6 | 113,0 | 121,7 |
| | | | | хлеб пшеничный | 8 | 12 | 15 | 255,00 | 2,0 | 3,1 | 3,8 |
| | | | | молоко | 25 | 28 | 30 | 493,00 | 12,3 | 13,8 | 14,8 |
| | | | | лук репчатый | 5 | 7 | 8 | 241,00 | 1,2 | 1,7 | 1,9 |
| | | | | мука пшеничная | 5 | 6 | 9 | 291,00 | 1,5 | 1,7 | 2,6 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 2 | 3 | 83,00 | 0,1 | 0,2 | 0,2 |
| | | | | масло растительное | 5 | 6 | 7 | 860,00 | 4,3 | 5,2 | 6,0 |
| Гарнир: овощи в молочном соусе | 75 | 100 | 120 | морковь | 5 | 8 | 8 | 212,00 | 1,1 | 1,7 | 1,7 |
| | | | | картофель | 40 | 63 | 78 | 187,00 | 7,5 | 11,8 | 14,6 |
| | | | | горошек зеленый консервированный | 12 | 16 | 19 | 1963,00 | 23,6 | 31,4 | 37,3 |
| | | | | капуста белокочанная | 47 | 60 | 80 | 177,00 | 8,3 | 10,6 | 14,2 |
| | | | | сметана | 30 | 30 | 30 | 1727,00 | 51,8 | 51,8 | 51,8 |
| | | | | молоко | 15 | 17 | 20 | 493,00 | 7,4 | 8,4 | 9,9 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | масло сливочное | 4 | 5 | 7 | 4266,00 | 17,1 | 21,3 | 29,9 |
| | | | | мука пшеничная | 4 | 5 | 7 | 291,00 | 1,2 | 1,5 | 2,0 |
| Сок мультивитаминный | 165 | 165 | 165 | сок мультивитаминный | 165 | 165 | 165 | 700,00 | 115,5 | 115,5 | 115,5 |
| Сузбеше | 75 | 75 | 75 | сузбеше | 75 | 75 | 75 | 2850,00 | 213,8 | 213,8 | 213,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **651** | **763** | **856** | | 594,3 | 651,0 | 693,3 |

**5-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** |
| Котлеты мясные | 80 | 100 | 100 | говядина | 84 | 100 | 110 | 2507,00 | 210,6 | 250,7 | 275,8 |
| | | | | хлеб пшеничный | 14 | 16 | 18 | 255,00 | 3,6 | 4,1 | 4,6 |
| | | | | молоко | 30 | 30 | 30 | 493,00 | 14,8 | 14,8 | 14,8 |
| | | | | сухари | 3 | 4 | 4 | 2749,00 | 8,2 | 11,0 | 11,0 |
| | | | | масло растительное | 5 | 6 | 7 | 860,00 | 4,3 | 5,2 | 6,0 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 2 | 3 | 83,00 | 0,1 | 0,2 | 0,2 |
| | | | | масло сливочное | 6 | 7 | 8 | 4266,00 | 25,6 | 29,9 | 34,1 |
| Гарнирс макароны отварные | 100 | 130 | 150 | масло сливочное | 7 | 8 | 10 | 4266 | 29,9 | 34,1 | 42,7 |
| Мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | молоко | 200 | 200 | 200 | 493 | 98,6 | 98,6 | 98,6 |
| Чай | 200 | 200 | 200 | чай | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 4733,00 | 0,9 | 0,9 | 0,9 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **370,2** | **408,2** | **430,2** | | 405,7 | 465,3 | 506,9 |

**II неделя**

**1-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Зразы рубленые | 80 | 100 | 100 | говядина | 102 | 122 | 133 | 2507,00 | 255,7 | 305,9 | 333,4 |
| | | | | хлеб пшеничный | 7 | 8 | 11 | 255,00 | 1,8 | 2,0 | 2,8 |
| | | | | молоко | 14 | 14 | 16 | 493,00 | 6,9 | 6,9 | 7,9 |
| | | | | лук репчатый | 20 | 35 | 45 | 241,00 | 4,8 | 8,4 | 10,8 |
| | | | | масло растительное | 7 | 10 | 12 | 860,00 | 6,0 | 8,6 | 10,3 |
| | | | | яйца | 3 | 6 | 8 | 467,00 | 1,4 | 2,8 | 3,7 |
| | | | | сухари | 3 | 4 | 4 | 2749,00 | 8,2 | 11,0 | 11,0 |
| Гарнир: перловка | 100 | 150 | 150 | перловка | 33 | 44 | 60 | 215,00 | 7,1 | 9,5 | 12,9 |
| | | | | масло сливочное | 4 | 5 | 6 | 4266,00 | 17,1 | 21,3 | 25,6 |
| Мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | мед пчёлиный | 13 | 13 | 13 | 3403,00 | 44,2 | 44,2 | 44,2 |
| Молоко | 250 | 250 | 250 | молоко | 250 | 250 | 250 | 493,00 | 123,3 | 123,3 | 123,3 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **476** | **546** | **598** | | 485,6 | 559,8 | 604,1 |

**2-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, г | Ингредиенты блюда | Брутто,г | цена за кг. | стоимость |
|---|---|---|---|---|---|

| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Салат из белокочанной капусты | 60 | 100 | 100 | капуста белокочанная | 58 | 78 | 88 | 177,00 | 10,3 | 13,8 | 15,6 |
| | | | | сахар | 4 | 5 | 6 | 482,00 | 1,9 | 2,4 | 2,9 |
| | | | | масло растительное | 4 | 6 | 7 | 860,00 | 3,4 | 5,2 | 6,0 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 200 | 200 | курица | 140 | 165 | 200 | 1455,00 | 203,7 | 240,1 | 291,0 |
| | | | | картофель | 130 | 147 | 165 | 187,00 | 24,3 | 27,5 | 30,9 |
| | | | | лук репчатый | 8 | 13 | 15 | 241,00 | 1,9 | 3,1 | 3,6 |
| | | | | томатная пасти | 5 | 6 | 7 | 1604,00 | 8,0 | 9,6 | 11,2 |
| | | | | масло растительное | 7 | 7 | 7 | 860,00 | 6,0 | 6,0 | 6,0 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 200 | 200 | яблоко и груша | 5 | 5 | 5 | 607,00 | 3,0 | 3,0 | 3,0 |
| | | | | сахар | 27 | 30 | 33 | 482,00 | 13,0 | 14,5 | 15,9 |
| Яблоко | 250 | 250 | 250 | яблоко | 250 | 250 | 250 | 607,00 | 151,8 | 151,8 | 151,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **658** | **747** | **823** | | 436,5 | 492,8 | 556,0 |

**3-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Каша рисовая | 160 | 180 | 200 | рис | 60 | 75 | 95 | 600,00 | 36,0 | 45,0 | 57,0 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 1 | 1 | 83,00 | 0,1 | 0,1 | 0,1 |
| | | | | масло сливочное | 5 | 5 | 5 | 4266,00 | 21,3 | 21,3 | 21,3 |
| | | | | сахар | 4 | 5 | 6 | 482,00 | 1,9 | 2,4 | 2,9 |
| | | | | морковь | 14 | 17 | 19 | 212,00 | 3,0 | 3,6 | 4,0 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | молоко | 210 | 210 | 210 | 493,00 | 103,5 | 103,5 | 103,5 |
| Сузбеше | 150 | 150 | 150 | Сузбеше | 150 | 150 | 150 | 2850,00 | 427,5 | 427,5 | 427,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **464** | **498** | **526** | | 602,4 | 619,3 | 634,5 |

**4-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** |
| Рыба свежемороженый тушеный | 80 | 100 | 100 | рыба свежемороженный | 110 | 130 | 140 | 869,00 | 95,6 | 113,0 | 121,7 |
| | | | | лук репчатый | 10 | 10 | 10 | 241,00 | 2,4 | 2,4 | 2,4 |
| | | | | томатная паста | 5 | 6 | 7 | 1604,00 | 8,0 | 9,6 | 11,2 |
| | | | | масло растительное | 5 | 5 | 6 | 860,00 | 4,3 | 4,3 | 5,2 |
| | | | | сахар | 2 | 2 | 2 | 482,00 | 1,0 | 1,0 | 1,0 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 1 | 2 | 83,00 | 0,1 | 0,1 | 0,2 |
| Гарнир: овощи в молочном соусе | 100 | 150 | 150 | морковь | 19 | 25 | 30 | 212,00 | 4,0 | 5,3 | 6,4 |
| | | | | картофель | 30 | 44 | 50 | 187,00 | 5,6 | 8,2 | 9,4 |
| | | | | горошек зеленый консервированный | 12 | 16 | 19 | 1963,00 | 23,6 | 31,4 | 37,3 |
| | | | | капуста белокочанная | 19 | 32 | 47 | 177,00 | 3,4 | 5,7 | 8,3 |
| | | | | сметана | 26 | 30 | 30 | 1727,00 | 44,9 | 51,8 | 51,8 |
| | | | | молоко | 10 | 11 | 12 | 493,00 | 4,9 | 5,4 | 5,9 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | масло сливочное | 1 | 1 | 1 | 4266.00 | 4,3 | 4,3 | 4,3 |
| | | | | мука пшеничная | 1 | 1 | 1 | 291,00 | 0,3 | 0,3 | 0,3 |
| | | | | сахар | 1 | 1 | 1 | 482,00 | 0,5 | 0,5 | 0,5 |
| Сок персиковый | 165 | 165 | 165 | сок персиковый | 165 | 165 | 165 | 700,00 | 115,5 | 115,5 | 115,5 |
| Банан | 250 | 250 | 250 | банан | 250 | 250 | 250 | 607,00 | 151,8 | 151,8 | 151,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **710** | **788** | **836** | | ######## | ######## | ######## |

**5-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** |
| Биточки мясные | 80 | 100 | 100 | говядины | 102 | 122 | 133 | 2507,00 | 255,7 | 305,9 | 333,4 |
| | | | | хлеб пшеничный | 8 | 12 | 18 | 255,00 | 2,0 | 3,1 | 4,6 |
| | | | | молоко | 20 | 20 | 22 | 493,00 | 9,9 | 9,9 | 10,8 |
| | | | | сухари | 4 | 7 | 7 | 2749,00 | 11,0 | 19,2 | 19,2 |
| | | | | масло растительное | 5 | 6 | 7 | 860,00 | 4,3 | 5,2 | 6,0 |
| | | | | масло сливочное | 6 | 7 | 8 | 4266,00 | 25,6 | 29,9 | 34,1 |
| Гарнир: рис припущенный | 100 | 130 | 150 | рис | 33 | 48 | 52 | 640,00 | 21,1 | 30,7 | 33,3 |
| | | | | масло сливочное | 4 | 5 | 6 | 4266,00 | 17,1 | 21,3 | 25,6 |
| Мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | 3403,00 | 40,8 | 40,8 | 40,8 |
| Чай | 200 | 200 | 200 | чай | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 4733,00 | 0,9 | 0,9 | 0,9 |
| Сыр | 10 | 15 | 15 | сыр | 10 | 15 | 15 | 4036,00 | 40,4 | 60,5 | 60,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **224,2** | **289,2** | **320,2** | | 437,9 | 543,3 | 587,6 |

**III неделя**

**1-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Тефтели | 80 | 90 | 100 | говядина | 60 | 80 | 80 | 2507,00 | 150,4 | 200,6 | 200,6 |
| | | | | рис | 20 | 25 | 30 | 640,00 | 12,8 | 16,0 | 19,2 |
| | | | | лук репчатый | 32 | 36 | 40 | 241,00 | 7,7 | 8,7 | 9,6 |
| | | | | масло растительное | 4 | 5 | 6 | 860,00 | 3,4 | 4,3 | 5,2 |
| | | | | яйцо | 2 | 7 | 7 | 467,00 | 0,9 | 3,3 | 3,3 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 1 | 1 | 83,00 | 0,1 | 0,1 | 0,1 |
| | | | | масло сливочное | 5 | 5 | 5 | 4266,00 | 21,3 | 21,3 | 21,3 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 100 | 130 | 150 | крупа гречневая | 30 | 45 | 55 | 506,00 | 15,2 | 22,8 | 27,8 |
| | | | | масло сливочное | 3 | 3 | 5 | 4266,00 | 12,8 | 12,8 | 21,3 |
| Мед пчелиный | 10 | 10 | 10 | мед пчелиный | 13 | 13 | 13 | 3403,00 | 44,2 | 44,2 | 44,2 |
| Молоко | 250 | 250 | 250 | молоко | 250 | 250 | 250 | 493,00 | 123,3 | 123,3 | 123,3 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **440** | **505** | **532** | | 396,8 | 465,5 | 485,5 |

**2-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Салат из моркови | 60 | 100 | 100 | морковь | 172 | 178 | 180 | 212,00 | 36,5 | 37,7 | 38,2 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | масло сливочное | 1 | 1 | 1 | 4266,00 | 4,3 | 4,3 | 4,3 |
| | | | | мука пшеничная | 1 | 1 | 1 | 291,00 | 0,3 | 0,3 | 0,3 |
| | | | | сахар | 1 | 1 | 1 | 482,00 | 0,5 | 0,5 | 0,5 |
| Сок персиковый | 165 | 165 | 165 | сок персиковый | 165 | 165 | 165 | 700,00 | 115,5 | 115,5 | 115,5 |
| Банан | 250 | 250 | 250 | банан | 250 | 250 | 250 | 607,00 | 151,8 | 151,8 | 151,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **710** | **788** | **836** | | ######## | ######## | ######## |

**5-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** |
| Биточки мясные | 80 | 100 | 100 | говядины | 102 | 122 | 133 | 2507,00 | 255,7 | 305,9 | 333,4 |
| | | | | хлеб пшеничный | 8 | 12 | 18 | 255,00 | 2,0 | 3,1 | 4,6 |
| | | | | молоко | 20 | 20 | 22 | 493,00 | 9,9 | 9,9 | 10,8 |
| | | | | сухари | 4 | 7 | 7 | 2749,00 | 11,0 | 19,2 | 19,2 |
| | | | | масло растительное | 5 | 6 | 7 | 860,00 | 4,3 | 5,2 | 6,0 |
| | | | | масло сливочное | 6 | 7 | 8 | 4266,00 | 25,6 | 29,9 | 34,1 |
| Гарнир: рис припущенный | 100 | 130 | 150 | рис | 33 | 48 | 52 | 640,00 | 21,1 | 30,7 | 33,3 |
| | | | | масло сливочное | 4 | 5 | 6 | 4266,00 | 17,1 | 21,3 | 25,6 |
| Мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | 3403,00 | 40,8 | 40,8 | 40,8 |
| Чай | 200 | 200 | 200 | чай | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 4733,00 | 0,9 | 0,9 | 0,9 |
| Сыр | 10 | 15 | 15 | сыр | 10 | 15 | 15 | 4036,00 | 40,4 | 60,5 | 60,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **224,2** | **289,2** | **320,2** | | 437,9 | 543,3 | 587,6 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | сахар | 11 | 16 | 21 | 482,00 | 5,3 | 7,7 | 10,1 |
| | | | | масло растительное | 6 | 8 | 10 | 860,00 | 5,2 | 6,9 | 8,6 |
| Куры отварные | 80 | 100 | 100 | курица | 140 | 165 | 200 | 1455,00 | 203,7 | 240,1 | 291,0 |
| | | | | лук репчатый | 3 | 3 | 3 | 241,00 | 0,7 | 0,7 | 0,7 |
| Гарнир: макароны отварные | 100 | 130 | 150 | макароны | 30 | 36 | 46 | 564,00 | 16,9 | 20,3 | 25,9 |
| | | | | масло сливочное | 7 | 8 | 10 | 4266,00 | 29,9 | 34,1 | 42,7 |
| Молоко | 200 | 200 | 200 | Молоко | 200 | 200 | 200 | 493,00 | 98,6 | 98,6 | 98,6 |
| Груша | 250 | 250 | 250 | груша | 250 | 250 | 250 | 607,00 | 151,8 | 151,8 | 151,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **839** | **899** | **960** | | 557,5 | 613,8 | 685,7 |

**3-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** |
| Каша рисовая | 160 | 180 | 200 | рис | 60 | 75 | 95 | 600,00 | 36,0 | 45,0 | 57,0 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 1 | 1 | 83,00 | 0,1 | 0,1 | 0,1 |
| | | | | масло сливочное | 5 | 5 | 5 | 4266,00 | 21,3 | 21,3 | 21,3 |
| | | | | сахар | 4 | 5 | 6 | 482,00 | 1,9 | 2,4 | 2,9 |
| | | | | морковь | 14 | 17 | 19 | 212,00 | 3,0 | 3,6 | 4,0 |
| | | | | молоко | 210 | 210 | 210 | 493,00 | 103,5 | 103,5 | 103,5 |
| | | | | | | | | | | | |
| Сузбеше | 150 | 150 | 150 | рис | 30 | 40 | 44 | 640,00 | 19,2 | 25,6 | 28,2 |
| Чай | 200 | 200 | 200 | чай | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 4733,00 | 0,9 | 0,9 | 0,9 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Калорийность, ккал** | | | | | **344,2** | **388,2** | **420,2** | | 195,0 | 218,3 | 236,1 |

**4-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Салат из свежих овощей | 60 | 100 | 100 | капусты белокочанная | 41 | 47 | 66 | 177,00 | 7,3 | 8,3 | 11,7 |
| | | | | морковь | 31 | 34 | 58 | 212,00 | 6,6 | 7,2 | 12,3 |
| | | | | масло растительное | 8 | 11 | 13 | 860,00 | 6,9 | 9,5 | 11,2 |
| Минтай припущенный | 80 | 100 | 100 | минтай (филе) | 110 | 130 | 140 | 869,00 | 95,6 | 113,0 | 121,7 |
| | | | | лук репчатый | 4 | 4 | 5 | 241,00 | 1,0 | 1,0 | 1,2 |
| | | | | сметана | 50 | 50 | 50 | 1727,00 | 86,4 | 86,4 | 86,4 |
| | | | | масло сливочное | 3 | 4 | 5 | 4266,00 | 12,8 | 17,1 | 21,3 |
| | | | | мука пшеничная | 10 | 15 | 17 | 291,00 | 2,9 | 4,4 | 4,9 |
| Гарнир: пюре картофельное | 100 | 150 | 150 | картофель | 65 | 85 | 90 | 187,00 | 12,2 | 15,9 | 16,8 |
| | | | | молоко | 17 | 21 | 24 | 493,00 | 8,4 | 10,4 | 11,8 |
| | | | | масло сливочное | 7 | 8 | 10 | 4266,00 | 29,9 | 34,1 | 42,7 |
| Кисель из плодов шиповника | 200 | 200 | 200 | плоды шиповника сушеные | 5 | 5 | 5 | 4000,00 | 20,0 | 20,0 | 20,0 |
| | | | | сахар | 24 | 24 | 24 | 482,00 | 11,6 | 11,6 | 11,6 |
| | | | | крахмал картофельный | 10 | 10 | 10 | 870,00 | 8,7 | 8,7 | 8,7 |
| | | | | кислота лимонная | 1 | 1 | 1 | 1200,00 | 1,2 | 1,2 | 1,2 |
| Банан | 250 | 250 | 250 | банан | 250 | 250 | 250 | 700,00 | 175,0 | 175,0 | 175,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **656** | **734** | **808** | | 483,7 | 527,8 | 565,0 |

**5-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто, г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Рагу (говядина) | 80 | 100 | 100 | говядина | 102 | 122 | 133 | 2507,00 | 255,7 | 305,9 | 333,6 |
| | | | | масло растительное | 8 | 8 | 8 | 860,00 | 6,9 | 6,9 | 6,9 |
| | | | | картофель | 65 | 85 | 90 | 187,00 | 12,2 | 15,9 | 16,8 |
| | | | | морковь | 24 | 34 | 44 | 212,00 | 5,1 | 7,2 | 9,3 |
| | | | | лук репчатый | 9 | 11 | 11 | 241,00 | 2,2 | 2,7 | 2,7 |
| | | | | мука пшеничная | 3 | 3 | 3 | 291,00 | 0,9 | 0,9 | 0,9 |
| Сок мультивитаминный | 165 | 165 | 165 | сок мультивитаминный | 165 | 165 | 165 | 700,00 | 115,5 | 115,5 | 115,5 |
| Мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | 3403,00 | 40,8 | 40,8 | 40,8 |
| Сыр | 10 | 15 | 15 | сыр | 10 | 15 | 15 | 4036,00 | 40,4 | 60,5 | 60,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **418** | **490** | **521** | | 488,6 | 572,1 | 605,0 |

**IV неделя**

**1-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, | | г | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Плов (курица) | 150 | 200 | 200 | курица | 101 | 121 | 134 | 1455,00 | 147,0 | 176,1 | 195,0 |
| | | | | крупа рисовая | 28 | 38 | 40 | 640,00 | 17,9 | 24,3 | 25,6 |
| | | | | масло растительное | 6 | 8 | 9 | 860,00 | 5,2 | 6,9 | 7,7 |
| | | | | лук репчатый | 7 | 8 | 12 | 241,00 | 1,7 | 1,9 | 2,9 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | морковь | 11 | 13 | 14 | 212,00 | 2,3 | 2,8 | 3,0 |
| | | | | томатная паста | 5 | 6 | 7 | 1604,00 | 8,0 | 9,6 | 11,2 |
| Мед пчелиный | 13 | 13 | 13 | мед пчелиный | 13 | 13 | 13 | 3403,00 | 44,2 | 44,2 | 44,2 |
| Молоко | 150 | 150 | 150 | молоко | 150 | 150 | 150 | 493,00 | 74,0 | 74,0 | 74,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **341** | **392** | **419** | | 309,3 | 355,6 | 381,7 |

**2-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** |
| Салат витаминный | 60 | 100 | 100 | капуста белокачанная | 14 | 18 | 20 | 177,00 | 2,5 | 3,2 | 3,5 |
| | | | | морковь | 12 | 12 | 14 | 212,00 | 2,5 | 2,5 | 3,0 |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | 10 | 860,00 | 8,6 | 8,6 | 8,6 |
| Зразы рубленые | 80 | 100 | 100 | говядина | 102 | 122 | 133 | 2507,00 | 255,7 | 305,9 | 333,4 |
| | | | | хлеб пшеничный | 10 | 10 | 10 | 255,00 | 2,6 | 2,6 | 2,6 |
| | | | | молоко | 20 | 23 | 28 | 493,00 | 9,9 | 11,3 | 13,8 |
| | | | | лук репчатый | 15 | 20 | 25 | 241,00 | 3,6 | 4,8 | 6,0 |
| | | | | масло растительное | 7 | 8 | 9 | 860,00 | 6,0 | 6,9 | 7,7 |
| | | | | яйца | 2 | 8 | 8 | 482,00 | 1,0 | 3,9 | 3,9 |
| | | | | сухари | 3 | 3,5 | 6 | 2749,00 | 8,2 | 9,6 | 16,5 |
| Гарнир: перловка | 100 | 150 | 150 | перловка | 43 | 58 | 70 | 215,00 | 9,2 | 12,5 | 15,1 |
| | | | | масло сливочное | 8 | 10 | 13 | 4266,00 | 34,1 | 42,7 | 55,5 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Сок мультивитаминный | 165 | 165 | 165 | сок мультивитаминный | 165 | 165 | 165 | 700,00 | 115,5 | 115,5 | 115,5 |
| Яблоко | 250 | 250 | 250 | яблоко | 250 | 250 | 250 | 607,00 | 151,8 | 151,8 | 151,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **681** | **752,5** | **801** | | 620,3 | 697,5 | 754,9 |

**3-й день**

| **Наименование блюд** | **Выход блюда, г** | | | **Ингредиенты блюда** | **Брутто,г** | | | **цена за кг.** | **стоимость** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** | | **7-10 лет** | **11-14 лет** | **15-18 лет** |
| Каша рисовая | 160 | 180 | 200 | рис | 60 | 75 | 95 | 600,00 | 36,0 | 45,0 | 57,0 |
| | | | | соль йодированная | 1 | 1 | 1 | 83,00 | 0,1 | 0,1 | 0,1 |
| | | | | масло сливочное | 5 | 5 | 5 | 4266,00 | 21,3 | 21,3 | 21,3 |
| | | | | сахар | 4 | 5 | 6 | 482,00 | 1,9 | 2,4 | 2,9 |
| | | | | морковь | 14 | 17 | 19 | 212,00 | 3,0 | 3,6 | 4,0 |
| | | | | молоко | 210 | 210 | 210 | 493,00 | 103,5 | 103,5 | 103,5 |
| Сузбеше | 150 | 150 | 150 | Сузбеше | 150 | 150 | 150 | 2850,00 | 427,5 | 427,5 | 427,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **614** | **648** | **676** | | 676,3 | 693,2 | 708,4 |

**4-й день**

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Салат свекольный | 60 | 100 | 100 | свекла | 87 | 92 | 110 | 249,00 | 21,7 | 22,9 | 27,4 |
| | | | | масло растительное | 6 | 8 | 9 | 860,00 | 5,2 | 6,9 | 7,7 |
| Котлеты рыбные | 80 | 100 | 100 | минтай | 110 | 130 | 140 | 869,00 | 95,6 | 113,0 | 121,7 |
| | | | | хлеб пшеничный | 5 | 10 | 15 | 255,00 | 1,3 | 2,6 | 3,8 |
| | | | | сухари | 7 | 8 | 9 | 2749,00 | 19,2 | 22,0 | 24,7 |
| | | | | масло растительное | 9 | 10 | 10 | 860,00 | 7,7 | 8,6 | 8,6 |
| Гарнир: овощи в молочном соусе | 80 | 100 | 120 | морковь | 5 | 7 | 9 | 212,00 | 1,1 | 1,5 | 1,9 |
| | | | | картофель | 95 | 115 | 134 | 187,00 | 17,8 | 21,5 | 25,1 |
| | | | | горошек зеленый консервированный | 10 | 11 | 14 | 1963,00 | 19,6 | 21,6 | 27,5 |
| | | | | капуста белокочанная | 19 | 25 | 30 | 177,00 | 3,4 | 4,4 | 5,3 |
| | | | | молоко | 10 | 12 | 12 | 493,00 | 4,9 | 5,9 | 5,9 |
| | | | | масло сливочное | 1 | 1 | 1 | | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | | | | сахар | 1 | 1 | 1 | 482,00 | 0,5 | 0,5 | 0,5 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 200 | яблоки сушеные | 15 | 15 | 15 | 700,00 | 10,5 | 10,5 | 10,5 |
| | | | | сахар | 20 | 20 | 20 | 482,00 | 9,6 | 9,6 | 9,6 |
| Груша | 250 | 250 | 250 | груша | 250 | 250 | 250 | 700,00 | 175,0 | 175,0 | 175,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **671** | **751** | **820** | | 402,4 | 442,6 | 473,7 |

5-й день

| Наименование блюд | Выход блюда, г | | | Ингредиенты блюда | Брутто,г | | | цена за кг. | стоимость | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15-18 лет |
| Куры отварные | 80 | 100 | 100 | курица | 140 | 165 | 200 | 1455,00 | 203,7 | 240,1 | 291,0 |
| | | | | лук репчатый | 3 | 3 | 3 | 241,00 | 0,7 | 0,7 | 0,7 |
| Гарнир: гречка рассыпчатая | 100 | 150 | 150 | крупа гречневая | 38 | 48 | 65 | 506,00 | 19,2 | 24,3 | 32,9 |
| | | | | масло сливочное | 8 | 10 | 13 | 4266,00 | 34,1 | 42,7 | 55,5 |
| Мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | мед пчелиный | 12 | 12 | 12 | 3403,00 | 40,8 | 40,8 | 40,8 |
| Сыр | 10 | 15 | 15 | сыр | 10 | 15 | 15 | 4036,00 | 40,4 | 60,5 | 60,5 |
| Чай | 200 | 200 | 200 | чай | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 4733,00 | 0,9 | 0,9 | 0,9 |
| | | | | сахар | 9 | 12 | 15 | 482,00 | 4,3 | 5,8 | 7,2 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 35 | 40 | 453,00 | 9,1 | 15,9 | 18,1 |
| **Калорийность, ккал** | | | | | **240,2** | **300,2** | **363,2** | | 353,3 | 431,7 | 507,7 |