

УТВЕРЖДАЮ :

ИП Абдуразаков М. Н.

«01» апрель 2024г.



СОГЛАСОВАНО:

ВрИО директора школы
П.М.Абакарова

«01» апрель 2024 г



ИОУ « Баршамайская средняя общеобразовательная школа имени Качмасова А.Р.»

10-дневное меню для обучающихся 1-4 классов с 01.04. по 17.04.2024г.

Дата _____ 01 День 1	выход	цена
Каша молочная пшеничная	200	18.18
Какао с молоком	200	11.20
Банан	120	27.60
Пряники	40	8.80
Бутерброд с сыром	50	11.50
Хлеб ржаной	10	0.95
ИТОГО:	620.00	78.23

Дата _____ 02 День 2	Выход	цена
Гуляш из говядины	160	50.41
Каша гречневая рассыпчатая	150	16.97
Компот из свежих яблок	250	8.40
Хлеб пшеничный	30	1.50
Хлеб ржаной	10	0.95
ИТОГО:	600.0	78.23

Дата _____ 03 День 3	Выход	Цена
Каша молочная ячневая	200	17.94
Какао с молоком	250	11.63
Банан	120	27.60
Яйца вареные	1	15.00
Бутерброд с маслом	35	5.11
Хлеб ржаной	10	0.95
ИТОГО:	616.0	78.23

Дата _____ 04 День 4	Выход	Цена
Курица тушенная в соусе	140	33.31
Пюре картофельное	200	18.21
Сок фруктовый	200	24.00
Хлеб пшеничный	30	1.50
Хлеб ржаной	10	0.95
Салат из свеклы	60	3.26
ИТОГО:	640.0	78.23

Дата _____ 05 День 5	Выход	Цена
Суп молочный с крупой	250	27.17
Какао с молоком	200	16.00
Яблоки	123	14.76
Хлеб ржаной	10	0.95
Бутерброд с сыром	50	19.35
ИТОГО	633.00	78.23

Дата _____ 08 День 6	Выход	Цена
Макароны с маслом	150	12.42
Соевая отварная	80	27.39
Компот из сухофруктов	200	15.80
Хлеб пшеничный	30	1.50
Яблоки	120	14.40
Салат из тертой моркови	60	6.65
ИТОГО	640.00	78.23

Дата <u>09</u> День 7	Выход	цена
Каша гречневая	150	10.03
Гуляш из говядины	150	46.55
Компот из свежих яблок	200	7.20
Ржаной хлеб	10	0.95
Хлеб пшеничный	30	1.50
Печенья	40	12.00
ИТОГО:	580.00	78.23

Дата <u>15</u> День 8	Выход	цена
Каша молочная пшеничная	200	19.64
Какао с молоком	200	11.20
Банан	120	27.60
Пряники	45	9.86
Бутерброд с сыром	50	8.99
Хлеб ржаной	10	0.95
ИТОГО	625.00	78.23

Дата <u>16</u> День 9	Выход	Цена
Гуляш из говядины	160	54.38
Каша гречневая	200	13.00
Компот из свежих яблок	200	8.40
Хлеб пшеничный	30	1.50
Хлеб ржаной	10	0.95
ИТОГО:	600.00	78.23

Дата <u>17</u> День 10	Выход	Цена
Каша молочная ячневая	200	16.75
Какао с молоком	200	12.83
Банан	120	27.60
Бутерброд с маслом	35	5.10
Хлеб ржаной	10	0.95
Яйца варенные	40	15.00
ИТОГО	605.00	78.23

Повар школы -



Магомедова С.А.

Хлеб ржаной;
 Бутерброд с сыром;
 Крупа пшеничная;
 Молоко пастеризованное 3,5%;
 Сахар-песок;
 Масло сливочное;
 Соль поваренная пищевая;
 Какао с молоком;
 Молоко пастеризованное 3,5%;
 Какао-порошок;
 Сахар-песок;
 Банан;
 Пряники;
 Бутерброд с сыром;
 Хлеб пшеничный;
 Масло сливочное;
 Сыр;
 Хлеб ржаной;
 Итого за Завтрак;
 Итого за день

Примерное меню для первой смены

Принем пищи Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	Каша молочная пшеничная	200							116		
	Крупа пшеничная		0,030	0,025	0,003	0,000	0,019	0,095		80,00	2,40
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,070	0,002	0,003	0,004	0,046		120,00	9,60
	Сахар-песок		0,003	0,003	0,000	0,000	0,003	0,011		120,00	0,36
	Масло сливочное		0,007	0,007	0,000	0,006	0,000	0,054		800,00	5,82
	Соль поваренная пищевая		0,00020	0,00019	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,006
					0,006	0,009	0,026	0,207			18,18
	Какао с молоком	200							266		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,070	0,002	0,003	0,004	0,046		120,00	9,60
	Какао-порошок		0,0010	0,0010	0,000	0,000	0,000	0,004		1000,00	1,00
	Сахар-песок		0,005	0,005	0,000	0,000	0,005	0,019		120,00	0,60
					0,002	0,003	0,009	0,069			11,20
	Банан	120	0,120	0,120	0,00	0,00	0,03	0,12	231	230,00	27,60
	Пряники	40	0,040	0,040	0,00	0,00	0,03	0,14	15	220,00	8,80
	Бутерброд с сыром	50							3		
	Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		50,00	1,50
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,04		800,00	4,00
	Сыр		0,008	0,008	0,00	0,00	0,03	0,03		750,00	6,00
					0,004	0,007	0,014	0,138			11,50
	Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	95,00	0,95
	Итого за Завтрак	620,000			0,015	0,019	0,079	0,555			
	Итого за день				0,015	0,019	0,079	0,555			78,23

Цтвєржєдано:
 МО директора
 А. М. Яковлева

од. 04. 2024г.



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак	Гуляш из говядины	160							175			
	Говядина 1кат.		0,080	0,080	0,015	0,013	0,000	0,174		580,00	46,26	
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01	
	Лук		0,020	0,018	0,000	0,000	0,002	0,008		60,00	1,20	
	Томатная паста. Консервы		0,005	0,005	0,000	0,000	0,000	0,001		300,00	1,50	
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		230,00	1,15	
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005	0,001	0,000	0,003	0,017		60,00	0,30	
					0,016	0,018	0,005	0,245			50,41	
	Каша гречневая рассыпчатая	150								114		
	Крупа гречневая		0,050	0,050	0,006	0,002	0,031	0,166		100,00	4,97	
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03	
	Масло сливочное		0,015	0,010	0,000	0,012	0,000	0,112		800,00	11,97	
				0,006	0,014	0,031	0,278			16,97		
Компот из плодов свежих(яблоки)	250								236			
Яблоки		0,050	0,030	0,000	0,000	0,005	0,023		120,00	6,00		
Сахар-песок		0,020	0,015	0,000	0,000	0,020	0,076		120,00	2,40		
				0,000	0,000	0,025	0,098			8,40		
Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		0	50,00	1,50	
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03		0	95,00	0,95	
Итого за Завтрак		600,000			0,025	0,033	0,080	0,719			78,23	
Итого за день				0,025	0,033	0,080	0,719				78,23	

Утверждаю,
 Директор ООО «Сити-Сервис»
 А.А. Абрамова

03.04.2024



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная ячневая	200							116		
	Крупа ячневая		0,050	0,050	0,005	0,001	0,033	0,162		80,00	4,00
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,080	0,002	0,003	0,004	0,046		120,00	9,60
	Сахар-песок		0,0030	0,0030	0,000	0,000	0,003	0,011		120,00	0,36
	Масло сливочное		0,005	0,003	0,000	0,004	0,000	0,037		800,00	3,98
	Соль поваренная пищевая		0,0002	0,0002	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
					0,007	0,007	0,040	0,257			17,94
	Какао с молоком	250							266		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,070	0,070	0,002	0,002	0,003	0,041		120,00	8,40
	Какао-порошок		0,0022	0,0022	0,001	0,000	0,001	0,008		1000,00	2,20
	Сахар-песок		0,009	0,009	0,000	0,000	0,009	0,033		120,00	1,03
					0,002	0,003	0,012	0,082			11,63
	Банан	120	0,120	0,110	0,00	0,00	0,03	0,12		230,00	27,60
	Яйца варенные	1	1,00	1,00	0,13	0,12	0,01	1,57		15,00	15,00
	Бутерброд с маслом	35							1		
Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		50,00	1,50	
Масло сливочное		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,03		800,00	3,61	
				0,001	0,004	0,014	0,105			5,11	
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03		0	0,95	
Итого за Завтрак		616,000			0,139	0,130	0,103				
Итого за День					0,139	0,130	0,103				78,23

Утверждаю:
 МО директор
 М. Абрамчиков

04.10.2022г.



Прием пищи Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	Курица, тушенная в соусе	140						198			
	Куриц.кат.		0,080	0,070	0,015	0,015	0,001	0,193		320,00	25,60
	Соль поваренная пищевая		0,00024	0,00024	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
	Лук		0,020	0,016	0,000	0,000	0,002	0,008		60,00	1,20
	Морковь		0,020	0,014	0,000	0,000	0,001	0,006		70,00	1,40
	Томатная паста		0,004	0,004	0,000	0,000	0,000	0,001		300,00	1,34
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		230,00	0,46
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005	0,001	0,000	0,003	0,017		60,00	0,30
					0,016	0,017	0,007	0,243			30,31
	Пюре картофельное	200						91			
	Картофель		0,150	0,120	0,003	0,001	0,024	0,120		60,00	9,00
	Соль поваренная пищевая		0,0004	0,0004	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
	Масло сливочное		0,010	0,010	0,000	0,008	0,000	0,075		800,00	8,00
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,010	0,010	0,000	0,000	0,000	0,006		120,00	1,20
					0,003	0,009	0,025	0,201			18,21
	Сок фруктовый	200						271			
	Сок абрикосовый		0,2	0,2	0,00	0,00	0,03	0,11		120,00	24,000
	Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	50,00	1,50
	Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	95,00	0,95
	Салат из свеклы	60							5		
	Свекла		0,040	0,040	0,001	0,000	0,004	0,017		70,00	2,80
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		230,00	0,46
					0,001	0,002	0,004	0,035			3,26
	Итого за Завтрак	640,000			0,024	0,029	0,082	0,688			78,23
	Итого за день				0,024	0,029	0,082	0,688			

Утверждаю:
 Директор
 А. М. Нонардова

05.04.2024



Прием пищи Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	Суп молочный с крупой	250							87		
	Крупа рисовая		0,044	0,044	0,003	0,000	0,031	0,144		130,00	5,67
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,120	0,120	0,003	0,004	0,006	0,070		120,00	14,40
	Сахар-песок		0,003	0,003	0,000	0,000	0,003	0,011		120,00	0,36
	Соль поваренная пищевая		0,002	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,06
	Масло сливочное		0,008	0,008	0,000	0,007	0,000	0,062		800,00	6,68
					0,006	0,011	0,040	0,287			27,17
	Какао с молоком	200							266		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,100	0,100	0,003	0,003	0,005	0,058		120,00	12,00
	Какао-порошок		0,0022	0,0022	0,001	0,000	0,001	0,008		1000,00	2,20
	Сахар-песок		0,015	0,015	0,000	0,000	0,015	0,057		120,00	1,80
					0,003	0,004	0,020	0,123			16,00
	Яблоки	123	0,12	0,12	0,00923	0,014514	0,091512	0,53382	0,03	120,00	14,76
	Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	95,00	0,95
	Бутерброд с сыром	50							3		
	Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		50,00	1,50
	Масло сливочное		0,008	0,008	0,00	0,01	0,00	0,06		800,00	6,60
	Сыр		0,015	0,015	0,00	0,00	0,00	0,05		750,00	11,25
					0,006	0,011	0,014	0,187			19,35
	Итого за Завтрак	633,000			0,026	0,041	0,170	1,158			78,23
	Итого за день				0,026	0,041	0,170	1,158			

Утверждаю,
 Директор учреждения
 Д.М. Волкарева
 29.04.2024г.



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150							114		
	Крупа гречневая		0,060	0,060	0,008	0,002	0,037	0,201		100,00	6,00
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,000	0,004	0,000	0,037		800,00	4,00
					0,008	0,006	0,037	0,238			10,03
	Гуляш из говядины	150							175		
	Говядина 1кат.		0,076	0,068	0,014	0,012	0,000	0,165		580,00	43,89
	Соль поваренная пищевая		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		60,00	0,60
	Томатная паста. Консервы		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		300,00	0,30
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		230,00	1,15
	Мука пшеничная 1 сорта		0,010	0,010	0,001	0,000	0,007	0,033		60,00	0,60
					0,015	0,017	0,008	0,248			46,55
	Компот из плодов свежих(яблоки)	200							236		
	Яблоки		0,050	0,040	0,000	0,000	0,005	0,023		120,00	6,00
Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		120,00	1,20	
				0,000	0,000	0,015	0,060			7,20	
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,000	0,000	0,000	0,03		0	95,00	0,95
Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		0	50,00	1,50
Печенья	40								54		
печенья		0,040	0,060	0,00	0,00	0,00	0,00			300,00	12,00
Итого за Завтрак		580,000			0,027	0,024	0,079	0,623			
Итого за день					0,027	0,024	0,079	0,623			78,23

Утверждено:
 Юридический отдел
 Е. М. Аманжолова
 15.04.2018 г.



Примерное меню для первой смены

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная пшеничная	200							116		
	Крупа пшеничная		0,036	0,036	0,004	0,000	0,023	0,113		80,00	2,87
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,080	0,002	0,003	0,004	0,046		120,00	9,60
	Сахар-песок		0,003	0,003	0,000	0,000	0,003	0,011		120,00	0,36
	Масло сливочное		0,009	0,008	0,000	0,007	0,000	0,064		800,00	6,80
	Соль поваренная пищевая		0,00020	0,00019	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,006
					0,006	0,010	0,029	0,235			19,64
	Какао с молоком	200							266		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,080	0,002	0,003	0,004	0,046		120,00	9,60
	Какао-порошок		0,0010	0,0010	0,000	0,000	0,000	0,004		1000,00	1,00
	Сахар-песок		0,005	0,005	0,000	0,000	0,005	0,019		120,00	0,60
					0,002	0,003	0,009	0,069			11,20
	Банан	120	0,120	0,120	0,00	0,00	0,03	0,12		231	27,60
	Пряники	45	0,045	0,045	0,00	0,00	0,03	0,14		15	9,86
	Бутерброд с сыром	50								3	
Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07			50,00	1,50
Масло сливочное		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,04			800,00	4,00
Сыр		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,02			750,00	3,49
				0,003	0,006	0,014	0,126				8,99
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03		0	95,00	0,95
Итого за Завтрак		625,000			0,015	0,019	0,082	0,571			
Итого за День					0,015	0,019	0,082	0,571			78,23

4486/ис.дело.
 В.И.О. директор
 Н.М. Норманова
 04.06.2024



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак	Гуляш из говядины	160							175			
	Говядина 1кат.		0,087	0,078		0,014	0,000	0,189		580,00	50,22	
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003		0,000	0,000	0,000		30,00	0,01	
	Лук		0,020	0,018		0,000	0,002	0,008		60,00	1,20	
	Томатная паста. Консервы		0,005	0,005		0,000	0,000	0,001		300,00	1,50	
	Масло подсолнечное		0,005	0,005		0,005	0,000	0,045		230,00	1,15	
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005		0,001	0,000	0,017		60,00	0,30	
						0,017	0,019	0,005	0,260			54,38
	Каша гречневая рассыпчатая	200								114		
	Крупа гречневая		0,050	0,050		0,006	0,002	0,031	0,166		100,00	4,97
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001		0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03
	Масло сливочное		0,010	0,010		0,000	0,008	0,000	0,075		800,00	8,00
						0,006	0,010	0,031	0,241			13,00
	Компот из плодов свежих(яблоки)	200								236		
	Яблоки		0,050	0,050		0,000	0,000	0,005	0,023		120,00	6,00
	Сахар-песок		0,020	0,015		0,000	0,000	0,020	0,076		120,00	2,40
					0,000	0,000	0,025	0,098			8,40	
Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03		0,00	0,00	0,01	0,07	0	50,00	1,50	
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010		0,00	0,00	0,00	0,03	0	95,00	0,95	
Итого за Завтрак		600,000			0,027	0,030	0,080	0,697				
Итого за день					0,027	0,030	0,080	0,697			78,23	

Утверждено:
 Директор
 И.И. Ибраимова
 17.04.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Завтрак 3	Каша молочная ячневая	200							116		
	Крупа ячневая		0,040	0,046	0,004	0,001	0,027	0,130		80,00	3,20
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,080	0,002	0,003	0,004	0,046		120,00	9,60
	Сахар-песок		0,0030	0,0030	0,000	0,000	0,003	0,011		120,00	0,36
	Масло сливочное		0,004	0,004	0,000	0,004	0,000	0,034		800,00	3,58
	Соль поваренная пищевая		0,0002	0,0002	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
					0,006	0,007	0,033	0,221			16,75
	Какао с молоком	200							266		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,080	0,002	0,003	0,004	0,046		120,00	9,60
	Какао-порошок		0,0022	0,0022	0,001	0,000	0,001	0,008		1000,00	2,20
	Сахар-песок		0,009	0,009	0,000	0,000	0,009	0,033		120,00	1,03
					0,003	0,003	0,013	0,087			12,83
	Банан	120	0,120	0,130	0,00	0,00	0,03	0,12		230,00	27,60
	Яйца варенные	40	1,00	1,00	0,13	0,12	0,01	1,57		143	15,00
	Бутерброд с маслом	35								1	
	Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		50,00	1,50
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,03		800,00	3,60
				0,001	0,004	0,014	0,105			5,10	
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03		0	95,00	0,95
Итого за Завтрак		605,000		0,138	0,130	0,097	2,125				78,23
Итого за день				0,138	0,130	0,097	2,125				78,23