

УТВЕРЖДАЮ :



М.Н. Абуразаков

ноябрь 2024г.

СОГЛАСОВАНО:



ВРИО директора школы

П.М.Абакарова

«19» ноябрь 2024 г

**МКОУ « Баршамайская средняя общеобразовательная школа
имени Качмасова А.Р.»**

**10-дневное меню для обучающихся 1-4 классов
с 19.11 по 29.11.2024г.**

Дата <u>19</u> День 1	Выход	цена
Каша гречневая рассыпчатая	150	6.75
Хинкал	250	44.63
Компот из яблок	200	7.50
Хлеб ржаной	10	1.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Яблоки	100	12.00
ИТОГО	740.00	73.68

Дата <u>20</u> День 2	Выход	цена
Макароны с маслом	150	11.83
Курица отварная	80	26.76
Компот из сухофруктов	200	14.29
Яблоки	100	12.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Салат из тертой моркови	60	7.00
ИТОГО	620.0	73.68

Дата <u>21</u> День 3	Выход	Цена
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.13
Гуляш из говядины	150	41.32
Чай	200	1.48
Хлеб ржаной	10	1.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Печенья	40	10.00
Яблоки	80	9.95
ИТОГО:	660.00	73.68

Дата <u>22</u> День 4	Выход	Цена
Плов из курицы	250	29.25
Компот из сухофруктов	200	6.23
Хлеб пшеничный	30	1.80
Хлеб ржаной	10	1.00
Печенья	20	5.00
Йогурт фруктовый	95	30.40
ИТОГО:	605.0	73.68

Дата <u>25</u> День 5	Выход	Цена
Макароны с маслом	150	8.27
Тефтели мясные	120	39.11
Компот из сухофруктов	200	11.50
Хлеб пшеничный	30	1.80
Салат из тертой моркови	60	4.40
Хлеб ржаной	10	1.00
Пряники	40	7.60
ИТОГО	610.0	73.68

Дата <u>26</u> День 6	Выход	Цена
Макароны с маслом	150	11.83
Курица отварная	85	26.76
Компот из сухофруктов	200	14.29
Яблоки	100	12.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Салат из тертой моркови	60	7.00
ИТОГО	625.0	73.68

Дата <u>27</u> День 7	Выход	цена
Гуляш из говядины	160	51.35
Каша гречневая рассыпчатая	150	11.53
Компот свежий из яблок	250	8.00
Хлеб ржаной	10	1.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
ИТОГО	600.00	73.68

Дата <u>28</u> День 8	Выход	цена
Пюре картофельное	200	15.80
Сосиска отварная	100	35.00
Чай с сахаром	200	1.48
Яблоки	100	12.00
Пряники	40	7.60
Хлеб пшеничный	30	1.80
ИТОГО:	670.00	73.68

Дата <u>29</u> День 9	Выход	Цена
Гуляш из говядины	160	52.31
Каша гречневая рассыпчатая	150	9.50
Чай с сахаром	250	1.48
Хлеб пшеничный	30	1.80
Хлеб ржаной	10	1.00
Яблоки	60	7.58
ИТОГО:	660.00	73.68

Дата _____ День 10	Выход	Цена

Повар школы -

Магомедов

Магомедова С.А.



Итого передаю:
 11.10.24
 Ф. И. М. Авансарова

Прим. пицца Завтрак	Наименование блока	Выход блода	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена Сумма
					Б	Ж	У			
	Каша гречневая рассыпчатая	150							114	
	Крупа гречневая		0,040	0,040	0,005	0,001	0,025	0,134		90,00
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,000	0,004	0,000	0,034		1000,00
					0,005	0,005	0,025	0,168		8,13
	Гуляш из говядины	150							175	
	Говядина 1кг.		0,067	0,065	0,013	0,011	0,000	0,147		580,00
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		50,00
	Томатная паста. Консервы		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		300,00
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		180,00
	Мука пшеничная 1 сорта		0,010	0,010	0,001	0,000	0,007	0,033		60,00
					0,014	0,016	0,008	0,229		41,32
	Чай с сахаром	200							261	
	Чай черный		0,0003	0,0030	0,000	0,000	0,000	0,000		1600,00
	Сахар-песок		0,010	0,009	0,000	0,000	0,010	0,038		100,00
					0,000	0,000	0,010	0,038		1,48
	яблоки	80	0,083	0,083	0,00	0,00	0,01	0,04	231	120,00
	Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	100,00
	Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00
	Печенья	40							54	
	печенья		0,040	0,060	0,00	0,00	0,00	0,00		250,00
	Итого за Завтрак	660,000			0,022	0,022	0,062	0,537		
	Итого за день				0,022	0,022	0,062	0,537		73,68

Утверждено:
 Директор центра
 А. В. Комарова



11.11.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак	Плов из курицы	250							199			
	Рис		0,040	0,040	0,003	0,000	0,029	0,132		120,00	4,80	
	Курица		0,062	0,050	0,011	0,011	0,000	0,149		350,00	21,67	
	Морковь		0,010	0,010	0,000	0,000	0,001	0,003		80,00	0,80	
	Лук		0,015	0,011	0,000	0,000	0,001	0,006		50,00	0,75	
	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		180,00	0,90	
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03	
					0,014	0,017	0,031	0,335			29,25	
	Компот из смеси сухофруктов	200							241			
	Сухофрукты		0,015	0,015	0,001	0,000	0,008	0,035		350,00	5,23	
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		100,00	1,00	
					0,001	0,000	0,018	0,073			6,23	
	Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	100,00	1,00	
	Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00	1,80	
Печенья	20							54				
		0,020	0,020	0,00	0,00	0,00	0,00		250,00	5,00		
Йогурт фруктовый	95							0,06				
Йогурт плодово-ягодный 1,5% жирности		0,095	0,095	0,00	0,00	0,01	0,07		320,00	30,40		
Итого за Завтрак		605,000			0,023	0,019	0,076	0,575			73,68	
Итого за день				0,023	0,019	0,076	0,575				73,68	

Субсидия на оплату коммунальных услуг
 Директор
 С.А. Мухоморова



20.01.2024

Прем пищи Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Макаронные изделия отварные с маслом	Макаронны	150	0,05	0,05	0,005	0,001	0,035	0,169	137	80,00	4,00
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03
	Масло сливочное		0,004	0,004	0,000	0,003	0,000	0,032		1000,00	4,24
					0,005	0,004	0,035	0,200			8,27
Тефтели мясные	Говядина филе	120	0,060	0,050	0,011	0,010	0,000	0,131	188	580,00	34,80
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
	Лук		0,020	0,015	0,000	0,000	0,002	0,008		50,00	1,00
	Крупа рисовая		0,020	0,020	0,001	0,000	0,014	0,066		120,00	2,40
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		180,00	0,90
					0,013	0,015	0,016	0,250			39,11
Компот из смеси сухофруктов	Сухофрукты	200	0,030	0,030	0,002	0,000	0,017	0,070	241	350,00	10,50
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		100,00	1,00
					0,002	0,000	0,026	0,108			11,50
Хлеб ржаной		10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	100,00	1,00
Хлеб пшеничный		30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00	1,80
	Пряники	40	0,040	0,040	0,00	0,00	0,01	0,04	231	190,00	7,60
Салат из тертой моркови	Сахар-песок		0,003	0,003	0,000	0,000	0,003	0,011		100,00	0,30
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		180,00	0,90
	Морковь		0,040	0,040	0,001	0,000	0,003	0,012		80,00	3,20
					0,001	0,005	0,006	0,068			4,40
Итого за Завтрак		610,000			0,024	0,025	0,110	0,763			73,68
	Итого за день				0,024	0,025	0,110	0,763			73,68

Число передано.
 Выход от рецептуры
 2024.11.26



Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак	Макаронные изделия отварные с маслом	150							137			
	Макаронны		0,060	0,06		0,001	0,042	0,202		80,00	4,80	
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001		0,000	0,000	0,000		30,00	0,03	
	Масло сливочное		0,007	0,007		0,000	0,000	0,052		1000,00	7,00	
						0,006	0,042	0,255			11,83	
	Курица отварная	85							168			
	Курица отварная		0,076	0,070		0,008	0,018	0,001	0,203		350,00	26,76
						0,008	0,018	0,001	0,203			26,76
	Компот из смеси сухофруктов	200							241			
	Сухофрукты		0,037	0,025		0,000	0,020	0,086			350,00	12,79
	Сахар-песок		0,015	0,015		0,000	0,015	0,057			100,00	1,50
						0,002	0,000	0,035	0,142			14,29
	яблоки	100	0,10	0,01	0,0075	0,0118	0,0744	0,434	0,03		120,00	12,00
	Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0		60,00	1,80
	Салат из тертой моркови	60							42			
Сахар-песок		0,005	0,005		0,000	0,005	0,019			100,00	0,50	
Масло подсолнечное		0,005	0,005		0,000	0,000	0,045			180,00	0,90	
Морковь		0,070	0,065		0,001	0,005	0,021	0,004		80,00	5,60	
					0,001	0,005	0,010	0,085	0,004		7,00	
Итого за Завтрак		625,000			0,027	0,042	0,177	1,191			73,68	
Итого за день					15	24	79	593				

Завтрак на 10:
 В.М. Дукарский
 Д.Н. Номарова

7.11.2024



Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У	У				
Завтрак	Гуляш из говядины	160								175		
	Говядина 1кат.		0,080	0,070	0,015	0,013	0,000	0,174	580,00		46,40	
	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	50,00		1,00	
	Томатная паста. Консервы		0,005	0,005	0,000	0,000	0,000	0,001	300,00		1,55	
	Масло подсолнечное		0,010	0,010	0,000	0,010	0,000	0,090	180,00		1,80	
	Мука пшеничная 1 сорта		0,010	0,010	0,001	0,000	0,007	0,033	60,00		0,60	
					0,016	0,023	0,009	0,307			51,35	
	Каша гречневая рассычатая	150								114		
	Крупа гречневая		0,040	0,040	0,005	0,001	0,025	0,134	90,00		3,60	
Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	30,00		0,03		
Масло сливочное		0,008	0,008	0,000	0,007	0,000	0,059	1000,00		7,90		
				0,005	0,008	0,025	0,193			11,53		
Компот из плодов свежих(яблоки)	250								236			
Яблоки		0,050	0,045	0,000	0,000	0,005	0,023	120,00		6,00		
Сахар-песок		0,020	0,020	0,000	0,000	0,020	0,076	100,00		2,00		
				0,000	0,000	0,025	0,098			8,00		
Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	60,00	0	1,80		
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	100,00	0	1,00		
Итого за Завтрак	600,000			0,025	0,032	0,077	0,696					
Итого за день				0,025	0,032	0,077	0,696				73,68	

Чэверкі маю:
 100 чытрак-горах
 Ф. М. Аюкарова

28. 11. 2024



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак	Картофельное пюре	200						116				
	Картофель		0,150	0,150	0,003	0,001	0,024	0,120		80,00	12,00	
	Лук		0,010	0,005	0,000	0,000	0,001	0,004		50,00	0,50	
	Масло сливочное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,025		1000,00	3,29	
	Соль поваренная пищевая		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01	
						0,003	0,003	0,025	0,149			15,80
	Сосиска отварная	100							168			
	Сосиска молочная		0,100	0,100	0,011	0,024	0,002	0,266		350,00	35,00	
						0,011	0,024	0,002	0,266			35,00
	Чай с сахаром	200							236			
чай черный		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		1600,00	0,48		
Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		100,00	1,00		
					0,000	0,000	0,010	0,038			1,48	
Яблоки	100	0,10	0,01	0,0075	0,0118	0,0744	0,434	0,03	120,00	12,00		
Пряники	40	0,040	0,040	0,00	0,00	0,03	0,14	15	190,00	7,60		
Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00	1,80		
Итого за Завтрак		670,000			0,024	0,039	0,126	1,098				
Итого за День					0,024	0,039	0,126	1,098			73,68	

Утверждаю:
 Директор Центра
 И. В. Францарова



Применение	Наименование блока	Выход блока	Брутто	Четто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена
					Б	Ж	У			
Завтрак	Гуляш из говядины	160							175	
	Говядина 1кат.		0,082	0,070	0,015	0,013	0,000	0,179		580,00
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00
	Лук		0,020	0,018	0,000	0,000	0,002	0,008		50,00
	Томатная паста, Консервы		0,005	0,005	0,000	0,000	0,000	0,001		300,00
	Масло подсолнечное		0,010	0,010	0,000	0,010	0,000	0,090		180,00
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005	0,001	0,000	0,003	0,017		60,00
					0,016	0,023	0,005	0,295		52,31
	Каша гречневая рассыпчатая	150							114	
	Крупа гречневая		0,050	0,050	0,006	0,002	0,031	0,166		90,00
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,000	0,004	0,000	0,037		1000,00
					0,006	0,006	0,031	0,204		9,50
	Чай с сахаром	750							236	
	чай черный		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		1600,00
Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		100,00	
				0,000	0,000	0,010	0,038		1,48	
Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00	
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	100,00	
Яблоки	60	0,063	0,060	0,00	0,00	0,01	0,03	231	120,00	
Итого за Завтрак	660,000			0,026	0,030	0,071	0,663			
Итого за День				0,026	0,030	0,071	0,663			73,68

