



ПТВЕРЖДАЮ :

ИП Абакарава М. Н.

январь 2025г.



СОГЛАСОВАНО:

ВРИО директора школы  
П.М.Абакарова  
«27» январь 2025 г

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

10-дневное меню для обучающихся 1-4 классов  
с 27.01 по 31.01.2025г.

Дата _____ 27 День 1	Выход	цена
Каша гречневая рассыпчатая	150	9.63
Хинкал	250	43.95
Компот из яблок	200	6.30
Хлеб пшеничный	30	1.80
Яблоки	110	13.21
ИТОГО	740.00	74.89

Дата _____ 28 День 2	Выход	цена
Макаронны с маслом	150	15.22
Курица отварная	80	28.31
Компот из сухофруктов	200	8.17
Яблоки	120	14.40
Хлеб пшеничный	30	1.80
Салат из тертой моркови	60	7.00
ИТОГО	640.0	74.89

Дата _____ 29 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	90	11.16
ИТОГО:	670.00	74.89

Дата _____ 30 День 4	Выход	Цена
Плов из курицы	250	28.19
Компот из сухофруктов	200	4.50
Хлеб пшеничный	30	1.80
Печенья	40	10.00
Йогурт фруктовый	95	30.40
ИТОГО:	615.0	74.89

Дата _____ 31 День 5	Выход	Цена
Макаронны с маслом	150	10.83
Тефтели мясные	120	39.11
Компот из сухофруктов	200	8.95
Хлеб пшеничный	30	1.80
Салат из тертой моркови	60	4.40
Хлеб ржаной	10	1.00
Пряники	40	8.31
ИТОГО	610.0	74.89

Дата _____ День 6	Выход	Цена

Говар шконт. МСМ

Монамедова С.А.

Итого за день: 74,89 руб.  
 27.01.2025г.



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 гречневая рассыпчатая	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		0,006	0,006	0,000	0,005	0,000	0,045		1000,00	6,00
					0,005	0,006	0,025	0,179			9,63
	Хинкал	250							175		
	Говядина Дкат.		0,060	0,050	0,011	0,010	0,000	0,131		580,00	34,80
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03
	Картофель		0,062	0,050	0,001	0,000	0,010	0,049		80,00	4,92
	Томатная паста		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		180,00	0,90	
Мука пшеничная 1 сорта		0,030	0,030	0,003	0,000	0,021	0,100		60,00	1,80	
				0,016	0,015	0,031	0,326			43,95	
Компот из плодов свежих(яблоки)	200							236			
Яблоки		0,040	0,040	0,000	0,000	0,004	0,018		120,00	4,80	
Сахар-песок		0,015	0,015	0,000	0,000	0,015	0,057		100,00	1,50	
				0,000	0,000	0,019	0,075			6,30	
Яблоки	110	0,110	0,100	0,00	0,00	0,01	0,05	231	120,00	13,21	
Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00	1,80	
Итого за Загряд		740,000			0,023	0,022	0,089	0,652			74,89
Итого за День					0,023	0,022	0,089	0,652			74,89





Утверждаю:  
 Директор учреждения  
 Ф.И.О. А.И. А.И. А.И.



29.01.2022г.

Прим 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		0,040	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		0,005	0,005	0,000	0,004	0,000	0,034		1000,00	4,50
					0,005	0,005	0,025	0,168			8,13
	Гуляш из говядины	150							175		
	Говядина Дкат.		0,067	0,065	0,013	0,011	0,000	0,147		580,00	39,01
	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		50,00	0,50
	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	
Мука пшеничная I сорта		0,010	0,010	0,001	0,000	0,007	0,033		60,00	0,60	
				0,014	0,016	0,008	0,229			41,32	
Чай с сахаром	200							261			
Чай черный			0,003	0,030	0,000	0,000	0,000	0,000		1600,00	0,48
Сахар-песок			0,010	0,009	0,000	0,000	0,010	0,038		100,00	1,00
				0,000	0,000	0,010	0,038				1,48
яблоки	90	0,093	0,090	0,00	0,00	0,01	0,04		231	120,00	11,16
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	40								54		
печенья		0,040	0,060	0,00	0,00	0,00	0,00			250,00	10,00
Итого за Завтрак		670,000		0,022	0,022	0,062	0,537				74,89
Итого за день				0,022	0,022	0,062	0,537				74,89



Завтрак издают:  
 В.М.О. для регистрации и учета  
 Ф.М. Аманжолова

30.01.2025

Центр питания Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Плов из курицы</b>	250						199			
	Рис		0,040	0,040	0,003	0,000	0,029	0,132		120,00	4,80
	Куры.кат.		0,059	0,050	0,011	0,011	0,000	0,142		350,00	20,61
	Морковь		0,010	0,010	0,000	0,000	0,001	0,003		80,00	0,80
	Лук		0,015	0,011	0,000		0,001	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	0,016	0,031	0,328			28,19
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200						241			
	Сухофрукты		0,010	0,010	0,001	0,000	0,006	0,023		350,00	3,50
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		100,00	1,00
					0,001	0,000	0,015	0,061			4,50
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00	1,80
	<b>Печенья</b>	40							54		
	Печенья		0,040	0,040	0,00	0,00	0,00	0,00		250,00	10,00
	<b>Йогурт фруктовый</b>	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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>615,000</b>			0,022	0,038	0,070	0,532			
	<b>Итого за день</b>				0,022	0,038	0,070	0,532			<b>74,89</b>

Утверждено:  
 Директор  
 А. М. Абомарова

31.07.2025г.



Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Завтрак	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	150							137		
	Макароньы	0,06	0,06	0,06	0,001	0,001	0,042	0,202		80,00	4,80
	Соль поваренная пищевая	0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03
	Масло сливочное	0,006	0,006	0,000	0,005	0,000	0,000	0,045		1000,00	6,00
				0,006	0,006	0,006	0,042	0,247			10,83
	<b>Тфтели мясные</b>	120							188		
	Говядина, филе	0,060	0,050	0,011	0,010	0,000	0,000	0,131		580,00	34,80
	Соль поваренная пищевая	0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
	Лук	0,020	0,015	0,000	0,000	0,002	0,002	0,008		50,00	1,00
	Мрупа рисовая	0,020	0,020	0,001	0,000	0,014	0,014	0,066		120,00	2,40
	Масло подсолнечное	0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,000	0,045		180,00	0,90
				0,013	0,013	0,015	0,016	0,250			39,11
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200							241		
	Сухофрукты	0,023	0,022	0,001	0,000	0,012	0,012	0,053		350,00	7,95
	Сахар-песок	0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,010	0,038		100,00	1,00
			0,001	0,000	0,022	0,022	0,091			8,95	
<b>Хлеб ржаной</b>	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03		0	100,00	1,00
<b>Хлеб пшеничный</b>	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		0	60,00	1,80
<b>Пирожки</b>	40	0,045	0,046	0,00	0,00	0,01	0,04		231	190,00	8,81
<b>Салат из тертой моркови</b>	60								42		
Сахар-песок	0,003	0,003	0,000	0,000	0,003	0,003	0,011			100,00	0,30
Масло подсолнечное	0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,000	0,045			180,00	0,90
Морковь	0,040	0,040	0,001	0,000	0,003	0,003	0,012			80,00	3,20
			0,001	0,005	0,006	0,006	0,068				4,40
<b>Итого за Завтрак</b>		510,000			0,025	0,026	0,115	0,798			
<b>Итого за день</b>					0,025	0,026	0,115	0,798			74,89