

УТВЕРЖДАЮ :

ИП Абдуразаков М. Н.



«15» февраля 2024г.

СОГЛАСОВАНО:

ВрИО директора школы
П.М.Абакарова



«15» февраль 2024 г

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

10-дневное меню для обучающихся 1-4 классов
с 15.02 по 29.02.2024г.

Дата _____ 15 _____ День 1	Выход	цена
Каша молочная пшеничная	200	18.38
Какао с молоком	200	9.80
Банан	120	24.00
Пряники	40	10.00
Бутерброд с сыром	50	11.02
Хлеб ржаной	10	0.95
ИТОГО	620.00	74.15

Дата _____ 16 _____ День 2	Выход	цена
Гуляш из говядины	150	51.90
Каша гречневая	150	13.00
Компот из свежих яблок	200	6.80
Хлеб пшеничный	30	1.50
Хлеб ржаной	10	0.95
ИТОГО:	540.00	74.15

Дата _____ 19 _____ День 3	Выход	Цена
Каша молочная ячневая	200	14.78
Какао с молоком	200	11.24
Банан	130	26.68
Бутерброд с маслом	35	5.50
Хлеб ржаной	10	0.95
Яйца варенные	1	15.00
ИТОГО	576.00	74.15

Дата _____ 20 _____ День 4	Выход	Цена
Курица тушеная в соусе	100	27.40
Пюре картофельное	200	17.04
Сок фруктовый	200	24.00
Хлеб ржаной	10	0.95
Хлеб пшеничный	30	1.50
Салат из свеклы	60	3.26
ИТОГО	600.0	74.15

Дата _____ 21 _____ День 5	Выход	Цена
Каша гречневая рассыпчатая	150	11.67
Хинкал	250	15.17
Компот из сухофруктов	200	7.86
Хлеб ржаной	10	0.95
Хлеб пшеничный	30	1.50
ИТОГО	640.00	74.15

Дата _____ 22 _____ День 6	Выход	Цена
Макароны с маслом	150	12.49
Сосиска отварная	80	23.42
Компот из сухофруктов	200	15.50
Яблоки	120	14.69
Хлеб пшеничный	30	1.50
Салат из тертой моркови	60	6.55
ИТОГО	640.00	74.15

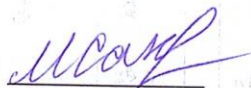
Дата <u>26</u> День 7	Выход	цена
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.50
Гуляш из говядины	90	44.20
Компот из свежих яблок	200	7.00
Хлеб ржаной	10	0.95
Хлеб пшеничный	30	1.50
Печенья	40	12.00
ИТОГО:	520.00	74.15

Дата <u>27</u> День 8	Выход	цена
Макароны с маслом	150	10.10
Тефтели мясные	100	35.71
Компот из сухофруктов	200	11.50
Хлеб пшеничный	30	1.50
Хлеб ржаной	10	0.95
Вафли	40	10.0
Салат из тертой моркови	60	4.39
ИТОГО	590.0	74.15

Дата <u>28</u> День 9	Выход	Цена
Плов из курицы	250	29.05
Компот из сухофруктов	200	6.25
Хлеб пшеничный	30	1.50
Хлеб ржаной	10	0.95
Печенья	20	6.00
Йогурт фруктовый	95	30.40
ИТОГО:	605.0	74.15

Дата <u>29</u> День 10	Выход	Цена
Макароны с маслом	150	12.49
Сосиска отварная	80	23.42
Компот из сухофруктов	200	15.50
Мандарины	100	14.69
Хлеб пшеничный	30	1.50
Салат из тертой моркови	60	6.55
ИТОГО	620.00	74.15

Повар школы -



Магомедова С.А.

Утверждаю:
 Р.М.О. Дуренцова
 А.М. Дюмаева

15.02.2024.



Принем 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			0,023	0,113		80,00	2,87
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,071	0,071			0,003	0,041		120,00	8,52
	Сахар-песок		0,003	0,003			0,003	0,011		100,00	0,30
	Масло сливочное		0,008	0,008			0,000	0,062		800,00	6,68
	Соль поваренная пищевая		0,00020	0,00019			0,000	0,000		30,00	0,006
				0,006	0,010		0,029	0,228			18,38
	Какао с молоком	200							266		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,070	0,070			0,003	0,041		120,00	8,40
	Какао-порошок		0,0010	0,0010			0,000	0,004		900,00	0,90
Сахар-песок		0,005	0,005			0,000	0,019		100,00	0,50	
			0,002	0,002		0,009	0,063			9,80	
Банан	120	0,120	0,120	0,00	0,00	0,03	0,12		231	200,00	24,00
Пряники	40	0,040	0,040	0,00	0,00	0,03	0,14		15	250,00	10,00
Бутерброд с сыром	50								3		
Хлеб пшеничный		0,03	0,03			0,01	0,07			50,00	1,50
Масло сливочное		0,005	0,005			0,00	0,04			800,00	4,00
Сыр		0,008	0,008			0,00	0,03			690,00	5,52
			0,004	0,007		0,014	0,138				11,02
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	0,020	0,082	0,571			
Итого за день					0,015	0,020	0,082	0,571			74,15

Утверждаю:
 19.02.2024г.
 Д. Юсупов



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		0,046	0,046	0,001	0,001	0,030	0,149		80,00	3,67
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,070	0,070	0,002	0,002	0,003	0,041		120,00	8,40
	Сахар-песок		0,0030	0,0030	0,000	0,000	0,003	0,011		100,00	0,30
	Масло сливочное		0,003	0,003	0,000	0,002	0,000	0,022		800,00	2,40
	Соль поваренная пищевая		0,0002	0,0002	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
				0,0007	0,0005	0,0037	0,223				14,78
	Какао с молоком	200							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		900,00	1,98
	Сахар-песок		0,009	0,009	0,000	0,000	0,009	0,033		100,00	0,86
					0,002	0,003	0,012	0,082			11,24
	Банан	130	0,133	0,130	0,00	0,00	0,03	0,13	231	200,00	26,68
	Яйца варенные	1	1,00	1,00	0,13	0,12	0,01	1,57	143	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	0,04		800,00	4,00
					0,001	0,004	0,014	0,109			5,50
	Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	95,00	0,95
	Итого за Завтрак	576,000			0,138	0,128	0,102	2,138			74,15
	Итого за день				0,138	0,128	0,102	2,138			74,15

УТВЕРЖДАЮ:
 В.И. Ш. Директор
 20.02.2024г.



Применение	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Прием пищи Завтрак	Курица, тушенная в соусе	100							198			
	Куры1кат.		0,081	0,075	0,015	0,015	0,001	0,195		290,00	23,45	
	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		0,002	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000		290,00	0,58	
	Масло подсолнечное		0,002	0,000	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	0,244				27,40
	Пюре картофельное	200							91			
	Картофель		0,140	0,120	0,003	0,001	0,023	0,112		60,00	8,40	
	Соль поваренная пищевая		0,0004	0,0004	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01	
	Масло сливочное		0,009	0,009	0,000	0,008	0,000	0,069		800,00	7,43	
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,010	0,010	0,000	0,000	0,000	0,006		120,00	1,20	
					0,003	0,009	0,023	0,187			17,04	
	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	600,000			0,024	0,028	0,080	0,676				
	Итого за день				0,024	0,028	0,080	0,676			74,15	

Утверждено:
 Д.А.Клиб диукалбофа
 Д.М. Нискарובה
 21.02.2024г.



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		0,050	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		20,00	0,02
	Масло сливочное		0,008	0,008	0,000	0,007	0,000	0,062		800,00	6,68
					0,006	0,009	0,031	0,229			11,67
	Хинкал	250							175		
	Говядина 1кат.		0,080	0,048	0,015	0,013	0,000	0,174		550,00	44,00
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03
	Картофель		0,070	0,040	0,001	0,000	0,011	0,056		60,00	4,20
	Томатная паста		0,005	0,005	0,000	0,000	0,000	0,001		290,00	1,45
	Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		230,00	0,69
	Мука пшеничная 1 сорта		0,030	0,030	0,003	0,000	0,021	0,100		60,00	1,80
					0,019	0,016	0,032	0,359			52,17
	Компот из плодов свежих(яблоки)	200							236		
	Яблоки		0,053	0,050	0,000	0,000	0,005	0,024		120,00	6,36
Сахар-песок		0,015	0,015	0,000	0,000	0,015	0,057		100,00	1,50	
				0,000	0,000	0,020	0,081			7,86	
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	0,000	0,000	0,01	0,07	0	50,00	1,50	
Итого за Завтрак		640,000			0,029	0,026	0,102	0,766			74,15
Итого за день					0,029	0,026	0,102	0,766			74,15

Утверждено:
 20.10.2010
 директор
 М. Макарова



Лд. Ол. Лч.

Прием 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		0,056	0,0558	0,006	0,001	0,039	0,188		80,00	4,46
	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	0,009	0,009	0,039	0,263			12,49
	Сосиска отварная	80							168		
	Сосиска молочная		0,067	0,070	0,007	0,016	0,001	0,178		350,00	23,42
				0,007	0,016	0,001	0,001	0,178			23,42
	Компот из смеси сухофруктов	200							241		
	Сухофрукты		0,040	0,025	0,002	0,000	0,022	0,094		350,00	14,00
	Сахар-песок		0,015	0,015	0,000	0,000	0,015	0,057		100,00	1,50
				0,002	0,000	0,002	0,037	0,150			15,50
	Яблоки	120	0,12	0,12	0,00918	0,01443	0,0910656	0,531216	0,03	120,00	14,69
	Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	50,00	1,50
	Салат из тертой моркови	60							42		
Сахар-песок		0,005	0,005	0,000	0,000	0,005	0,019		100,00	0,50	
Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		230,00	1,15	
Морковь		0,070	0,065	0,001	0,000	0,005	0,021	0,004	70,00	4,90	
			0,001	0,005	0,010	0,004	0,085	0,004		6,55	
Итого за Завтрак	640,000			0,028	0,045	0,193	1,279				74,15
Итого за День				15	24	79	593				

Утверждено:
 В.М. Дуренцова
 А.М. Абраморова
 26.02.2024г.



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		0,045	0,045	0,006	0,001	0,028	0,150		100,00	4,47
	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
					0,006	0,006	0,028	0,187			8,50
	Гуляш из говядины	90							175		
	Говядина 1кат.		0,076	0,065	0,014	0,012	0,000	0,165		550,00	41,55
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	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		290,00	0,29
	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	0,247			44,20
Компот из плодов свежих(яблоки)	200							236			
Яблоки		0,050	0,031	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		100,00	1,00	
				0,000	0,000	0,015	0,060			7,00	
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	0,000	0,000	0,001	0,07	0	50,00	1,50	
Печенья	40							54			
печенья		0,040	0,060	0,000	0,000	0,000	0,00		300,00	12,00	
Итого за Завтрак		520,000			0,025	0,023	0,070	0,711			74,15
Итого за День					0,025	0,023	0,070	0,711			74,15

Утверждаю:
 Директор
 Д.М. Абонарова

27.02.2024г.



Применение	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептура	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Применение Завтрак	Макаронные изделия отварные с маслом	150							137		
	Макаронны		0,0459	0,0459	0,005	0,001	0,032	0,155		80,00	3,67
	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	0,060		800,00	6,40
					0,005	0,007	0,032	0,215			10,10
	Тефтели мясные	100							188		
	Говядина Ткат.		0,060	0,055	0,011	0,010	0,000	0,130		550,00	32,81
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,01
	Лук		0,015	0,010	0,000	0,000	0,001	0,006		60,00	0,90
	Крупа рисовая		0,010	0,010	0,001	0,000	0,007	0,033		130,00	1,30
Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		230,00	0,69	
				0,012	0,013	0,009	0,196			35,71	
Компот из смеси сухофруктов	200							241			
Сухофрукты		0,030	0,020	0,002	0,000	0,017	0,070		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	0,000	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
Вафли	40	0,040	0,040	0,00	0,00	0,01	0,04		231	250,00	10,00
Салат из тертой моркови	60							42			
Сахар-песок		0,002	0,002	0,000	0,000	0,002	0,008			100,00	0,20
Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027			230,00	0,69
Морковь		0,050	0,050	0,001	0,000	0,004	0,015			70,00	3,50
				0,001	0,003	0,006	0,050				4,39
Итого за Завтрак		590,000			0,023	0,024	0,100				74,15
Итого за День				0,023	0,024	0,100	0,704				74,15

Утверждено:
 Директор
 М. И. Номинсоров
 28.02.24



Прим 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		0,044	0,044	0,000	0,031	0,144	130,00		5,67	
	Курица		0,069	0,060	0,013	0,000	0,166	290,00		19,96	
	Морковь		0,015	0,010	0,000	0,001	0,005	70,00		1,05	
	Лук		0,015	0,011	0,000	0,001	0,006	60,00		0,90	
	Томатная паста. Консервы		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	290,00		0,29	
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,000	0,045	230,00		1,15	
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	30,00		0,03	
				0,016	0,018	0,034	0,366			29,05	
	Компот из смеси сухофруктов		200						241		
	Сухофрукты			0,015	0,015	0,000	0,008	0,035	350,00		5,25
	Сахар-песок			0,010	0,010	0,000	0,010	0,038	100,00		1,00
						0,001	0,018	0,073			6,25
	Хлеб ржаной		10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,03	0	95,00	0,95
	Хлеб пшеничный		30	0,03	0,03	0,00	0,01	0,07	0	50,00	1,50
Печенья		20	0,020	0,020	0,00	0,00	0,00	54	300,00	6,00	
Йогурт фруктовый		95						0,06			
Йогурт плодово-ягодный 1,5% жирности			0,095	0,095	0,00	0,01	0,07		320,00	30,40	
Итого за Завтрак		605,000			0,025	0,020	0,079	0,605		74,15	
Итого за день					0,025	0,020	0,079	0,605		74,15	

28.02.2024.

4566 руб. не даю.
 Р. И. Д. Губинская
 М. Ю. Макарова



29.02.2024г.

Прием 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		0,056	0,0558	0,006	0,001	0,039	0,188		80,00	4,46
	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	0,009	0,039	0,263			12,49
	Сосиска отварная	80							168		
	Сосиска молочная		0,067	0,070	0,007	0,016	0,001	0,178		350,00	23,42
					0,007	0,016	0,001	0,178			23,42
	Компот из смеси сухофруктов	200							241		
	Сухофрукты		0,040	0,025	0,002	0,000	0,022	0,094		350,00	14,00
	Сахар-песок		0,015	0,015	0,000	0,000	0,015	0,057		100,00	1,50
					0,002	0,000	0,037	0,150			15,50
	мандарины	100	0,09	0,09	0,00689	0,010832	0,0682992	0,398412	0,03	160,00	14,69
	Хлеб пшеничный	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	50,00	1,50
	Салат из тертой моркови	60							42		
Сахар-песок		0,005	0,005	0,000	0,000	0,005	0,019		100,00	0,50	
Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		230,00	1,15	
Морковь		0,070	0,065	0,001	0,000	0,005	0,021	0,004	70,00	4,90	
				0,001	0,005	0,010	0,085	0,004		6,55	
Итого за Завтрак		620,000			0,025	0,041	0,170	1,146			74,15
Итого за день					15	24	79	593			

