

УТВЕРЖДАЮ :



М.Н. Абдуразаков М. Н.  
« 17 » сентября 2024г.

СОГЛАСОВАНО:



Врио директора школы  
П.М.Абакарова  
« 17 » сентябрь 2024 г

**МКОУ « Баршамайская средняя общеобразовательная школа имени Качмасова А.Р.»**  
**10-дневное меню для обучающихся 1-4 классов с 17.09 по 30.09.2024г.**

Дата _____ 17 _____ День 1	Выход	цена
Каша гречневая рассыпчатая	150	9.85
Хинкал	250	44.53
Компот из яблок	200	6.50
Хлеб ржаной	10	1.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Виноград	100	10.00
<b>ИТОГО</b>	<b>740.00</b>	<b>73.68</b>

Дата _____ 18 _____ День 2	Выход	цена
Макаронны с маслом	150	13.83
Сосиска отварная	80	26.76
Компот из сухофруктов	200	14.29
Слива	100	10.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Салат из тертой моркови	60	7.00
<b>ИТОГО</b>	<b>620.0</b>	<b>73.68</b>

Дата _____ 19 _____ День 3	Выход	Цена
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.13
Гуляш из говядины	150	41.30
Чай	200	1.45
Хлеб ржаной	10	1.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Печенья	40	10.00
Виноград	100	10.00
<b>ИТОГО:</b>	<b>680.00</b>	<b>73.68</b>

Дата _____ 20 _____ День 4	Выход	Цена
Плов из курицы	250	29.23
Компот из сухофруктов	200	6.25
Хлеб пшеничный	30	1.80
Хлеб ржаной	10	1.00
Печенья	20	5.00
Йогурт фруктовый	95	30.40
<b>ИТОГО:</b>	<b>605.0</b>	<b>73.68</b>

Дата _____ 23 _____ День 5	Выход	Цена
Макаронны с маслом	150	7.86
Тефтели мясные	100	37.12
Компот из сухофруктов	200	11.50
Вафли	40	10.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Салат из тертой моркови	60	4.40
Хлеб ржаной	10	1.00
<b>ИТОГО</b>	<b>590.0</b>	<b>73.68</b>

Дата _____ 24 _____ День 6	Выход	Цена
Макаронны с маслом	150	13.83
Сосиска отварная	80	26.76
Компот из сухофруктов	200	14.29
Слива	100	10.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
Салат из тертой моркови	60	7.00
<b>ИТОГО</b>	<b>620.0</b>	<b>73.68</b>

Дата <u>25</u> День 7	Выход	цена
Гуляш из говядины	160	51.25
Каша гречневая рассыпчатая	150	12.63
Компот свежий из яблок	250	7.00
Хлеб ржаной	10	1.00
Хлеб пшеничный	30	1.80
<b>ИТОГО</b>	<b>600.00</b>	<b>73.68</b>

Дата <u>27</u> День 9	Выход	Цена
Гуляш из говядины	160	45.11
Каша гречневая рассыпчатая	150	18.00
Чай с сахаром	250	1.45
Хлеб пшеничный	30	1.80
Хлеб ржаной	10	1.00
Виноград	60	6.32
<b>ИТОГО:</b>	<b>660.00</b>	<b>73.68</b>

Повар школы -

*Магомедов С.А.*

Дата <u>26</u> День 8	Выход	цена
Каша молочная пшен	200	14.31
Какао с молоком	200	9.50
Яблоки	100	10.00
Пряники	40	8.00
Бутерброд с сыром	50	10.87
Хлеб ржаной	10	1.00
Сок фруктовый	200	20.00
<b>ИТОГО:</b>	<b>800.00</b>	<b>73.68</b>

Дата <u>30</u> День 10	Выход	Цена
Каша молочная ячневая	200	25.18
Чай с сахаром	250	2.50
Яблоки	150	15.00
Яйца вареные	1	11.00
Бутерброд с маслом	35	9.00
Вафли	40	10.00
Хлеб ржаной	10	1.00
<b>ИТОГО:</b>	<b>646.0</b>	<b>73.68</b>

Магомедова С.А.

Прием пищи 19  
Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	рецептуры
				Б	Ж	У		
Каша гречневая рассыпчатая	150						114	№ 108 № 109 № 110 № 111 № 112 № 113 № 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		0,007	0,007	0,000	0,006	0,000	0,052	900,00
				0,005	0,007	0,025	0,186	
<b>Хинкал</b>	<b>250</b>							<b>175</b>
Говядина 1кат.		0,060	0,050	0,011	0,010	0,000	0,131	580,00
Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	30,00
Картофель		0,070	0,040	0,001	0,000	0,011	0,056	80,00
Томатная паста		0,005	0,005	0,000	0,000	0,000	0,001	280,00
Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045	180,00
Мука пшеничная 1 сорта		0,030	0,030	0,003	0,000	0,021	0,100	60,00
				0,016	0,015	0,032	0,333	44,53
<b>Компот из плодов свежих(яблоки)</b>	<b>200</b>							<b>236</b>
Яблоки		0,050	0,050	0,000	0,000	0,005	0,023	100,00
Сахар-песок		0,015	0,015	0,000	0,000	0,015	0,057	100,00
				0,000	0,000	0,020	0,079	6,50
<b>Виноград</b>	<b>100</b>	0,100	0,100	0,000	0,000	0,010	0,05	100,00
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	0,000	0,000	0,000	0,03	100,00
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	0,030	0,030	0,000	0,000	0,010	0,07	60,00
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>740,000</b>			0,024	0,023	0,096	0,696	
<b>Итого за День</b>				0,024	0,023	0,096	0,696	<b>73,68</b>

№ 108  
№ 109  
№ 110  
№ 111  
№ 112  
№ 113  
№ 114







Утверждено  
 Врио директора  
 Я.М. Юсупова

№ 10.09.24г.



Прием пищи 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
	Курица		0,068	0,050	0,012	0,000	0,000	0,163		320,00	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		0,001	0,006		50,00	0,75
	Томатная паста. Консервы		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		280,00	0,28
	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
					0,015	0,018	0,031	0,349			29,23
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200							241		
	Сухофрукты		0,015	0,015	0,001	0,000	0,008	0,035		350,00	5,25
	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			6,25
	<b>Хлеб ржаной</b>	10	0,010	0,010	0,000	0,000	0,000	0,03	0	100,00	1,00
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	0,03	0,03	0,000	0,000	0,01	0,07	0	60,00	1,80
	<b>Печенья</b>	20							54		
			0,020	0,020	0,000	0,000	0,000	0,00		250,00	5,00
	<b>Йогурт фруктовый</b>	95							0,06		
	Йогурт плодово-ягодный 1,5% жирности		0,095	0,095	0,000	0,000	0,01	0,07		320,00	30,40
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>605,000</b>			0,024	0,020	0,077	0,589			
	<b>Итого за день</b>				0,024	0,020	0,077	0,589			<b>73,68</b>

Удобрения  
 Введено директором  
 Д.А. М. Абдулманова

Прием пищи 29  
 Завтрак



Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
				Б	Ж	У				
<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	150							137		
Макаронны		0,05	0,05	0,005	0,001	0,035	0,169		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	0,004	0,000	0,032		900,00	3,83
				0,005	0,004	0,035	0,200			7,86
<b>Тефтели мясные</b>	100							188		
Говядина Т.кат.		0,057	0,055	0,011	0,009	0,000	0,123		580,00	32,81
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
				0,012	0,014	0,016	0,242			37,12
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200							241		
Сухофрукты		0,030	0,025	0,002	0,000	0,017	0,070		350,00	10,50
Сахарозаменитель		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
<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>Вафли</b>	40	0,040	0,040	0,00	0,00	0,01	0,04	231	250,00	10,00
<b>Салат из тертой моркови</b>	60							42		
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
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>590,000</b>			0,023	0,024	0,110	0,755			
<b>Итого за день</b>				0,023	0,024	0,110	0,755			<b>73,68</b>

Утверждено:  
 Директор центра  
 Д.А. Аманжолова

14.09.2024г.



Прием 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		
	Макаронны		0,060	0,06	0,001	0,006	0,001	0,042		80,00	4,80
	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	0,000	0,008	0,000		900,00	9,00
				0,006	0,009	0,042	0,006	0,277			13,83
	<b>Сосиска отварная</b>	80							168		
	Сосиска молочная		0,076	0,070	0,018	0,008	0,018	0,001	0,203	350,00	26,76
				0,008	0,018	0,001	0,008	0,203			26,76
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200							241		
	Сухофрукты		0,037	0,025	0,000	0,002	0,000	0,020	0,086		12,79
	Сахар-песок		0,015	0,015	0,000	0,000	0,000	0,015	0,057		1,50
				0,002	0,000	0,000	0,000	0,015	0,142		14,29
	<b>Слива</b>	100	0,10	0,01	0,0075	0,0118	0,0744	0,434	0,03	100,00	10,00
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00	1,80
	<b>Салат из тертой моркови</b>	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		180,00	0,90	
Морковь		0,070	0,065	0,001	0,000	0,000	0,021	0,004	80,00	5,60	
			0,001	0,005	0,010	0,001	0,085	0,004		7,00	
<b>Итого за Завтрак</b>		620,000		0,027	0,044	0,177	1,213				73,68
<b>Итого за День</b>				15	24	79	593				



Итого за день:  
 3000 диетического  
 2000 М. Авансирова  
 09.24



Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
				Б	Ж	У				
<b>Гуляш из говядины</b>	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		280,00	1,44
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			51,25
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	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		0,010	0,010	0,000	0,008	0,000	0,075		900,00	9,00
				0,005	0,010	0,025	0,209			12,63
<b>Компот из плодов свежих(яблоки)</b>	250							236		
Яблоки		0,050	0,045	0,000	0,000	0,005	0,023		100,00	5,00
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			7,00
<b>Хлеб пшеничный</b>	30	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	60,00	1,80
<b>Хлеб ржаной</b>	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	100,00	1,00
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>600,000</b>			0,025	0,033	0,077	0,712			<b>73,68</b>
<b>Итого за День</b>				0,025	0,033	0,077	0,712			<b>73,68</b>

Прием пищи 25  
 Завтрак

Утверждаю:  
 19.10.2023  
 Директор ООО «Агро-Сервис»



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 26	Каша молочная пшеничная	200							116			
	Крупа пшеничная		0,030	0,025		0,003	0,000	0,019		80,00	2,40	
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,070	0,002	0,003	0,004	0,046		100,00	8,00	
	Сахар-песок		0,003	0,003	0,000	0,000	0,003	0,011		100,00	0,30	
	Масло сливочное		0,004	0,004	0,000	0,003	0,000	0,030		900,00	3,60	
	Соль поваренная пищевая		0,00020	0,00019	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,006	
						0,006	0,006	0,026				14,31
	Какао с молоком	200							266			
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,080	0,070	0,002	0,003	0,004	0,046		100,00	8,00	
	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		100,00	0,50		
					0,002	0,003	0,009				9,50	
	Яблоки	100	0,10	0,09	0,0075	0,0118	0,0744	0,434	0,03	100,00	10,00	
	Пряники	40	0,040	0,040	0,00	0,00	0,03	0,14	15	200,00	8,00	
	Бутерброд с сыром	50							3			
	Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		60,00	1,80	
	Масло сливочное		0,003	0,005	0,00	0,00	0,00	0,03		900,00	3,07	
	Сыр		0,008	0,008	0,00	0,00	0,03	0,03		750,00	6,00	
					0,004	0,005	0,014	0,126			10,87	
	Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	100,00	1,00	
	Сок фруктовый	200							271			
	Сок абрикосовый		0,2	0,2	0,00	0,00	0,03	0,11		100,00	20,000	
	Итого за Завтрак	800,000			0,022	0,027	0,155	1,090				
	Итого за День				0,022	0,027	0,155	1,090			73,68	

Удобрение  
 27.09.2012  
 Ф. М. Анохина



Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
				Б	Ж	У				
<b>Гуляш из говядины</b>	<b>160</b>							<b>175</b>		<b>40,60</b>
Говядина 1кат.		0,070	0,065	0,013	0,011	0,000	0,153		580,00	
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		280,00	1,40
Масло подсолнечное		0,010	0,010	0,000	0,010	0,000	0,090		180,00	1,80
Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005	0,001	0,000	0,003	0,017		60,00	0,30
				<b>0,014</b>	<b>0,021</b>	<b>0,005</b>	<b>0,268</b>			<b>45,11</b>
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>150</b>							<b>114</b>		
Крупа гречневая		0,050	0,050	0,006	0,002	0,031	0,166		90,00	4,47
Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		30,00	0,03
Масло сливочное		0,015	0,010	0,000	0,012	0,000	0,112		900,00	13,50
				<b>0,006</b>	<b>0,014</b>	<b>0,034</b>	<b>0,279</b>			<b>18,00</b>
<b>Чай с сахаром</b>	<b>250</b>							<b>236</b>		
чай черный		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		1500,00	0,45
Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		100,00	1,00
				<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,010</b>	<b>0,038</b>			<b>1,45</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,07</b>	<b>0</b>	<b>60,00</b>	<b>1,80</b>
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	<b>0,010</b>	<b>0,010</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>100,00</b>	<b>1,00</b>
<b>Виноград</b>	<b>60</b>	<b>0,063</b>	<b>0,100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,03</b>	<b>231</b>	<b>100,00</b>	<b>6,32</b>
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>660,000</b>			<b>0,023</b>	<b>0,036</b>	<b>0,065</b>	<b>0,683</b>			
<b>Итого за день</b>				<b>0,023</b>	<b>0,036</b>	<b>0,065</b>	<b>0,683</b>			<b>73,68</b>

Прием пищи  
 Завтрак 27

Утверждаю:  
 30.09.2024 г.  
 Д. М. Абрамова



Принем 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		80,00	4,00	
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,117	0,100		0,003	0,004	0,005		100,00	11,67	
	Сахар-песок		0,0050	0,0050		0,000	0,000	0,005		100,00	0,50	
	Масло сливочное		0,010	0,010		0,000	0,008	0,000		900,00	9,00	
	Соль поваренная пищевая		0,0002	0,0002		0,000	0,000	0,000		30,00	0,01	
						0,008	0,013	0,044		0,323		25,18
	Чай с сахаром	250								266		
	Чай черный		0,0010	0,0010		0,000	0,000	0,000			1500,00	1,50
	Сахар-песок		0,010	0,010		0,000	0,000	0,010			100,00	1,00
						0,000	0,000	0,010			0,038	0,38
												2,50
		яблоки	150	0,150	0,140	0,00	0,00	0,00	0,03		0,14	15,00
	Яйца вареные	1	1,00	1,00	0,13	0,12	0,01	0,01	1,57	143	11,00	11,00
	Бутерброд с маслом	35								1		
Хлеб пшеничный		0,03	0,03		0,00	0,00	0,01	0,07		60,00	1,80	
Масло сливочное		0,008	0,008		0,00	0,01	0,00	0,06		900,00	7,20	
					0,002	0,007	0,014	0,132			9,00	
Вафли	40	0,040	0,040	0,00	0,00	0,01	0,01	0,04	231	250,00	10,00	
Хлеб ржаной	10	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0	100,00	1,00	
Итого за Завтрак		646,000			0,138	0,136	0,110	2,233				
Итого за день					0,138	0,136	0,110	2,233			73,68	