

Утверждено
Приказом директора
МКОУ СОШ им. С.А. Карданова с.п. Терекское
№144 от 29 октября 2024года



Примерное десятидневное меню горячих питания для обучающихся с ОВЗ и инвалидностью
МКОУ СОШ им. С.А. Карданова с.п. Терекское
Терского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики

1 неделя - понедельник

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Суп молочный с макаронами	200	Макаронны	0,02	0,02	38,00	0,76	4,4	3,8	15,8	116	№120235	С.В.Маслова
			Молоко	0,07	0,07	75,00	5,25						
			Слив масло	0,002	0,002	600,00	1,20						
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	

Итого: 10,92

Обед

1	Бефстроганов из куриного филе с кашей пшенной	40\30\100	Куриин филе	0,05	0,05	420,00	21,00	13,8	8,6	3,61	146,2	№120535	С.В.Маслова	
			Соль	0,003	0,003	18,00	0,05							
			Лук	0,005	0,004	45,00	0,23							
			Морковь	0,003	0,003	40,00	0,12							
			Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68							
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09							
			Пшено	0,04	0,04	50,00	2,00	3,75	2,25	15,5	106,5	№120535		
			Слив масло	0,003	0,003	600,00	1,80							
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04							

2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,01	0,01	72,00	0,72	0,2	0	14	56	№160105	
Итого за день:							51,14	29,47	17,29	100,31	693,5		

1 неделя - вторник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма рубли	Б г	Ж г	У г	Ккал г	№ техн. карты	Наименование сборника
Завтрак		г		г	г			г	г	г	г		
1	Яйцо вареное	1шт						12,8	11,6	0,7	158,7	№386	С.В.Маслова
			Яйцо	1	1	9,50	9,50						
							0,00						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,2	0	14	56	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						
							0,00						
Итого							13,17						
Обед													
1	Жаркое из говядины	200	Мясо говяд	0,05	0,04	580,00	29,00						С.В.Маслова
			Картофель	0,15	0,13	50,00	7,50						
			Лук	0,005	4	45,00	0,23	38	33	37	500	№120609	
			Масло	0,003	0,003	135,00	0,41						

2	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	
3							0,00						
			Итого				8,93						

Обед

1	Тефтели из говядины с соусом и кашей гречневой	50\50\100	Мясо гов	0,04	0,04	580,00	23,20						С.В.Маслова
			Крупа рис	0,003	0,003	90,00	0,27	12,52	8,48	4,43	145	№120539	
			Лук	0,003	0,003	45,00	0,14						
			Масло раст	0,003	0,003	135,00	0,41						
			Томат	0,002	0,002	200,00	0,40						
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Морковь	0,003	0,0025	40,00	0,12						
			Яицо	0,002	0,0002	158,33	0,32						
			Гречка	0,04	0,04	55,00	2,20						
			Слив масло	0,003	0,003	600,00	1,80						
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04						
2	Чай с сахаром	200\15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,2	0	14	56	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						
3	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
Итого за день:						50,45	25,44	18,90	97,93	682,30			

1 неделя - четверг													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
	Хлеб с сыром	50\10	Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30	27,5	18,8	0	279,4		С.В.Маслова
			Сыр	0,012	0,012	620,00	7,44						
			Соль	0,001	0,001	18,00	0,02						
2													
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,2	0	14	56	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						
			Итого				11,59						

Обед

1	Котлеты из говядины с кашей перловой	50\30\100	Мясо гов	0,04	0,04	580,00	23,20	13,6	13	22	260,9	№229	С.В.Маслова
			Соль	0,003	0,003	18,00	0,05						
			Раст масло	0,003	0,003	135,00	0,41						
			Мука	0,003	0,005	30,00	0,09						
			Томат	0,002	0,002	200,00	0,40						
			Морковь	0,002	0,002	40,00	0,08						
			Лук	0,004	0,003	45,00	0,18						
			Перловка	0,04	0,04	35,00	1,40						
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37						
			Яицо	0,003	0,002	158,33	0,47						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	

3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	
Итого за день:						53,50	45,06	33,12	68,70	758,70			

1 неделя - пятница													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша рисовая с сахаром	200\15	Рис	0,04	0,04	90,00	3,60	7	12,2	37	288	№2613	С.В.Маслова
			Молоко	0,08	0,08	75,00	6,00						
			Сахар	0,01	0,01	72,00	0,72						
			Слив масло	0,005	0,005	600,00	3,00						
			Соль	0,001	0,001	18,00	0,02						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	

Обед

1	Котлеты из куриного филе с соусом и отварными макаронами	50\30\100	Куриное филе	0,055	0,005	420,00	23,10	14,6	4,05	2,8	105,8	№120549	С.В.Маслова
			Соль	0,004	0,004	18,00	0,07						
			Раст. масло	0,005	0,005	135,00	0,68						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Лук	0,005	0,005	45,00	0,23						
			Яйцо	0,003	0,002	133,33	0,40						

			Хлеб	0,008	0,008	41,66	0,33	5,5	1,2	35	175		
			Макароньы	0,04	0,04	38,00	1,52						
			Слив масло	0,005	0,005	600,00	3,00						
			Томат	0,002	0,002	200,00	0,40						
2	Хлеб	30	Хлеб	0,03	0,03	46,00	1,38	2,67	1	14	79,8	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,2	0	14	56	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						
Итого за день:							50,03	33,93	19,97	143,1	894,4		

1 неделя суббота

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Суп молочный с пшенкой	200	Пшено	0,02	0,02	50,00	1,00	5,5	4,8	23,5	145	№120235	С.В.Маслова
			Молоко	0,07	0,07	75,00	5,25						
			Слив масло	0,002	0,002	600,00	1,20						
			Соль	0,002	0,002	18,00	0,04						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						

Итого:

11,16

Обед

1	Биточки из куриного филе с соусом и кашей гречневой	50\30\100	Куриный филе	0,05	0,05	420,00	21,00							С.В.Маслова	
			Соль	0,003	0,003	18,00	0,05								
			Лук	0,005	0,004	45,00	0,23								
			Морковь	0,003	0,003	40,00	0,12	14,6	4,05	2,8	105,8	№120549			
			Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68								
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09	13,4	3,4	71,5	343				
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37								
			Гречка	0,04	0,04	55,00	2,20								
			Слив масло	0,003	0,003	600,00	1,80								
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102			
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75								
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105			
	Итого за день:						52,51	41,22	15,09	170,8	946				

Итого: 5016,40 836,0667 (ККал в день)

Итого: 274,45 54,89 (средняя цена)

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей с ОВЗ (5-11кл) из расчета 50 руб в день													
2 неделя - понедельник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		

1	Яицо вареное	1шт	Яица куриные	0,06	0,06	158,33	9,50						С.В.Маслова
			Соль иодир	0,001	0,001	17,00	0,02	12,8	11,6	0,7	158,7		
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,01	0,01	72,00	0,72	0,2	0	14	56	№160105	
							12,83						

Обед

1	Плов из говядины	150	Мясо гов	0,045	0,045	580,00	26,10						С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Лук	0,005	0,004	45,00	0,23						
			Рис	0,04	0,04	90,00	3,60	12	6	60	230,1	№120535	
			Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68						
			Томат	0,002	0,002	200,00	0,40						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,01	0,01	72,00	0,72	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
Итого за день:							60,00	32,52	20,44	133,7	741		

2 неделя - вторник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша рисовая с молоком	150	Рис	0,05	0,05	90,00	4,50	5,25	9,15	27,8	216	№2660	С.В.Маслова
			Слив масло	0,008	0,008	600,00	4,80						
			Молоко	0,08	0,08	75,00	6,00						
			Сахар	0,008	0,008	72,00	0,58						
			Соль	0,001	0,001	18,00	0,02						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,01	0,01	72,00	0,72	0,2	0	14	56	№160105	
Обед													
1	Биточки из говядины с соусом и кашей перловой	50\30\100	Мясо гов	0,06	0,04	580,00	34,80						С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,004	0,004	18,00	0,07						
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37						

			Лук	0,002	0,001	45,00	0,09						
			Перловка	0,04	0,04	35,00	1,40	27	9	13,5	237	№120548	
			Масло раст	0,003	0,003	135,00	0,41						
			Яицо	0,003	0,002	158,33	0,47						
			Мука	0,005	0,005	30,00	0,15	3,39	0,66	42,3	184,5		
			Томат	0,005	0,005	200,00	1,00						
			Масло слив	0,003	0,003	600,00	1,80						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	
Итого за день:							63,43	43,16	21,45	149	962,3		

2 неделя - среда

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ тех. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Суп молочный с пшенкой	250	Пшено	0,02	0,02	50,00	1,00	6,5	6,8	18,3	160,5	№2770	С.В.Маслова
			Молоко	0,08	0,08	75,00	6,00						
			Соль иодиров	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Слив масло	0,003	0,003	600,00	1,80						
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	46,00	2,76	6,42	2,7	26,1	164,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
Обед													
1	Котлеты из куриного филе с кашей пшенной и сметанным соусом	50\30\100	Куриное филе	0,05	0,05	420,00	21,00	12,52	8,48	4,43	144,12	№120548	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Лук	0,005	0,005	45,00	0,23						
			Пшено	0,04	0,04	50,00	2,00						
			Масло раст	0,004	0,004	135,00	0,54						
			Томат	0,002	0,002	200,00	0,40						
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37						
			Слив масло	0,004	0,004	600,00	2,40						
Янцо	0,003	0,003	158,33	0,47	19,8	11,34	5,29	201	№179				
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	

Итого за день:						44,54					915,82		
-----------------------	--	--	--	--	--	--------------	--	--	--	--	---------------	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

2 неделя - четверг

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Хлеб с маслом и сыром	50\10\10					0,00	7,53	10,95	7,5	229,6	№2613	С.В.Маслова
			Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30						
			Сыр	0,01	0,01	620,00	6,20						
			Слив масло	0,01	0,01	600,00	6,00						
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						

Обед													
1	Рыба тушенная с соусом и отварными макаронами	70\30\100	Рыба	0,11	0,09	190,00	20,90	7,87	9,38	3,68	129,5	№229	С.В.Маслова
			Соль подиров	0,004	0,004	18,00	0,07						
			Раст масло	0,004	0,004	135,00	0,54						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Томат	0,003	0,003	200,00	0,60						
			Макароны	0,05	0,05	38,00	1,90						
			Лук	0,005	0,005	45,00	0,23						
			Слив масло	0,005	0,005	600,00	3,00						
			Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20						
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	46,00	2,76	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	
Итого за день:							48,45	23,56	22,75	90,98	725,1		

2 неделя - пятница

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ тех. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша гречневая с молоком	150					0,00	6,3	6	33	210	№2613	С.В.Маслова
			Гречка	0,05	0,05	55,00	2,75						
			Слив масло	0,005	0,005	600,00	3,00						
			Молоко	0,05	0,05	75,00	3,75						
			Соль	0,002	0,09	18,00	0,04						
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
Обед													
1	Котлеты из куриного филе с соусом картофельным пюре	50\50\100	Куриное филе	0,05	0,05	420,00	21,00	9,73	2,7	1,87	70,53	№120549	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,003	0,003	18,00	0,05						
			Раст масло	0,005	0,005	135,00	0,68						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Томат	0,003	0,003	200,00	0,60						
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37	3,15	1,2	22,05	112,5	№179	
			Лук	0,005	0,004	45,00	0,23						
			Картофель	0,15	0,15	50,00	7,50						
			Молоко	0,02	0,02	75,00	1,50						
			Слив масло	0,003	0,003	600,00	1,80						
			Яицо	0,005	0,004	158,33	0,79						
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	

3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	
Итого за день:							52,40	26,9	12,74	129,92	745,23		

2 неделя - суббота													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Хлеб с маслом и сыром	50\10\10					0,00	7,53	10,95	7,5	229,6	№2613	С.В.Маслова
			Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30						
			Сыр	0,01	0,01	620,00	6,20						
			Слив масло	0,01	0,01	600,00	6,00						
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	

Обед

1	Биточки из куриного филе с соусом и кашей перловой	50\30\100	Куриное филе	0,05	0,05	420,00	21,00	1,35	38,25	189,15	№120535	С.В.Маслова
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37					
			Раст масло	0,005	0,005	135,00	0,68					
			Соль иодиров	0,004	0,004	18,00	0,07					
			Перловка	0,05	0,05	35,00	1,75					
			Лук	0,005	0,005	45,00	0,23					
			Слив масло	0,005	0,005	600,00	3,00					
			Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20					
			Яйцо	0,005	0,005	158,33	0,79					
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	46,00	2,76	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75					
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105
Итого за день:						49,69	11,69	13,82	100,05	664,55		

Итого: 268,82 53,76 (средняя цена) 4754 792,3333 (Ккал в день)