

Приложение №10
к приказу №151 от 02.09.2024



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ "СОШ №1" с.п. Малка

Э.Х.Ципинова

МКОУ "СОШ №1" с.п. Малка

Меню 5-11 класс на 01.09.2024г.

№ п/п		масса, гр.		выход гр.	пищевые вещества			энергетич ценность (кал)	цена руб	Сумма
		брутто	нетто		б	ж	у			
Первый день										
	Обед									
	Овощи свежие с растительным маслом			60						
	капуста	70						30	2,10	
	морковь	10						45	0,45	
	масло растительное	5						150	0,75	
	соль	1						25	0,03	
	лук репчатый	3						30	0,09	
	Суп гороховый			250						
	горох	20						47	0,94	
	картофель	60						45	2,70	
	лук репчатый	5						30	0,15	
	морковь	5						45	0,23	
	сметана	5						400	2,00	
	масло растительное	2						150	0,30	
	соль	2						25	0,05	
	Плов с мясом индейки			250						
	мясо индейки	120						400	48,00	
	лук репчатый	6						30	0,18	
	рис	50						120	6,00	
	масло растительное	7						150	1,05	
	морковь	10						45	0,45	
	соль	2						25	0,05	
	Компот из яблок			180						
	яблоко	20						100	2,00	
	сахар	15						85	1,28	
	Хлеб	110		110				60	6,60	
	ИТОГО									75,39
Второй день										
	Обед									
	Тертая морковь с сахаром			60						
	морковь	75						45	3,38	
	сахар	2						85	0,17	
	масло растительное	5						150	0,75	

	Борщ со сметаной			250						0,00
	картофель	50							45	2,25
	свекла	50							35	1,75
	капуста	50							50	2,50
	морковь	12							45	0,54
	лук	5							30	0,15
	томат	5							230	1,15
	масло растительное	2							150	0,30
	сметана	10							400	4,00
	соль	2							25	0,05
	Котлета мясная			100						
	мясо	120							550	66,00
	масло растительное	5							150	0,75
	соль	2							25	0,05
	яйцо	0,1							12	1,20
	хлеб	13							60	0,78
	молоко	10							90	0,90
	лук	10							30	0,30
	Гречка отварная			180						
	гречка	35							130	4,55
	масло сливочное	3							480	1,44
	соль	1							25	0,03
	Чай с лимоном			200						
	чай	2							900	1,80
	сахар	15							85	1,28
	лимон	10							235	2,35
	Хлеб	110		110					60	6,60
	ИТОГО									105,01
Третий день										
	Обед									
	Суп с перловой крупой			250						
	картофель	60							45	2,70
	морковь	5							45	0,23
	лук	5							30	0,15
	перловка	18							40	0,72
	масло растительное	2							150	0,30
	сметана	5							400	2,00
	соль	2							25	0,05
	Свекла отварная с растительным маслом			60						
	свекла	75							35	2,63
	масло растительное	5							150	0,75
	Тефтели			100						
	мясо гов	120							550	66,00
	рис	10							120	1,20
	соль	2							25	0,05
	лук	10							30	0,30
	яйцо	0,1							12	1,20

Пятый день										
Обед										
Тертая морковь с сахаром				60						
морковь	75								45	3,38
сахар	2								85	0,17
масло растительное	5								150	0,75
Суп картофельный с макаронными изделиями				250						
картофель	70								45	3,15
вермишель	16								50	0,80
морковь	5								45	0,23
лук	5								30	0,15
масло растительное	2								150	0,30
томат	2								230	0,46
соль	2								25	0,05
Куры отварные				100						
мясо куриное	140								230	32,20
соль	2								25	0,05
Соус сметанный				60						
сметана	20								400	8,00
мука	6								38	0,23
масло сливочное	5								480	2,40
соль	2								25	0,05
Пшеника отварная				180						
пшено	35								70	2,45
масло сливочное	5								480	2,40
соль	1								25	0,03
Какао с молоком				200						
какао	2								900	1,80
молоко	100								90	9,00
сахар	20								85	1,70
Хлеб	110			110					60	6,60
ИТОГО	667,1									76,33
Шестой день										
Обед										
Овощи свежие с растительным маслом				60						
капуста	70								50	3,50
морковь	10								45	0,45
масло растительное	5								150	0,75
соль	1								25	0,03
лук репчатый	3								30	0,09
Суп гороховый				250						
горох	20								47	0,94
картофель	60								45	2,70
лук репчатый	5								30	0,15
морковь	5								45	0,23

	Гречка отварная			180						
	гречка	35							130	4,55
	масло сливочное	3							480	1,44
	соль	1							25	0,03
	Чай с лимоном			200						
	чай	2							900	1,80
	сахар	15							85	1,28
	лимон	10							235	2,35
	Хлеб	110		110					60	6,60
	ИТОГО	602,1								107,13
Восьмой день										
	Обед									
	Суп крестьянский с пшениной крупой			250						
	картофель	60							45	2,70
	пшено	18							70	1,26
	морковь	5							45	0,23
	лук	5							30	0,15
	масло растительное	2							150	0,30
	сметана	5							400	2,00
	соль	2							25	0,05
	Свекла отварная с растительным маслом			60						
	свекла	75							35	2,63
	масло растительное	5							150	0,75
	Куры отварные			100						
	мясо куриное	140							240	33,60
	соль	2							25	0,05
	Соус сметанный			60						
	сметана	20							400	8,00
	мука	6							38	0,23
	масло сливочное	5							480	2,40
	соль	2							25	0,05
	Картофельное пюре			180						
	картофель	180							45	8,10
	масло сливочное	5							480	2,40
	молоко	20							90	1,80
	соль	2							25	0,05
	Компот из яблок			180						
	яблоко	20							100	2,00
	сахар	15							85	1,28
	Хлеб	110		110					60	6,60
	ИТОГО	738,1								76,61
Девятый день										
	Обед									
	Салат витаминный			60						
	капуста	70							50	3,50
	морковь	10							45	0,45

морковь	5							45	0,23
томат	3							230	0,69
соль	2							25	0,05
Компот из яблок			180						
яблоко	20							100	2,00
сахар	15							85	1,28
Хлеб	110		110					60	6,60
ИТОГО	637								101,12

ИТОГО 857,877

на 1
ребенка 85,7877