



Рекомендуемое единое (зима-весна) сезонное перспективное двухнедельное меню на 2024 год

I неделя
Понедельник

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (руб)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
Салат из свежих овощей с яблоком	60	100	120	морковь	0,023	0,045	0,045	98,00
				капуста белокачанная	0,035	0,047	0,067	137,00
				яблоко	0,01	0,016	0,02	810,00
				масло растительное	0,003	0,005	0,006	733,00
Плов с говядиной	200	250	300	мясо говядина	0,097	0,122	0,122	3600,00
				рис	0,051	0,068	0,077	637,00
				масло растительное	0,008	0,009	0,008	733,00
				соль	0,001	0,001	0,001	81,00
				лук	0,010	0,012	0,014	126,00
				морковь	0,015	0,019	0,023	98,00
Чай с медом	200	200	200	чай	0,001	0,010	0,010	4576,000
				мед	0,008	0,008	0,008	3000,00
Хлеб	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00

I неделя
Вторник

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (руб)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
салат из моркови с сыром	60	100	120	морковь	0,065	0,108	0,13	98,00
				сыр твердый	0,003	0,004	0,005	5100,00
				масло растительное	0,003	0,005	0,007	733,00
Тефтели из мяса говядины Соус томатный Отварные макароны с маслом сливочным	80/20/ 100	100/20 1150	100/20/ 180	говядина	0,078	0,104	0,104	3600,00
				рис	0,012	0,012	0,012	637,00
				лук	0,032	0,042	0,042	126,00
				соль	0,001	0,001	0,001	81,00
				масло раст.	0,008	0,009	0,008	733,00
				мука	0,004	0,005	0,005	171,00
				сахар	0,001	0,001	0,001	380,00
				томат	0,003	0,003	0,003	2000,00
				макаронные изделия	0,035	0,060	0,063	566,00
				масло слив	0,005	0,006	0,008	3918,00
Компот из сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	0,02	0,02	0,02	2000,00
				кислота лимонная	0,001	0,001	0,001	2100,00
				сахар	0,007	0,007	0,007	380,00
Хлеб	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00

I неделя
Среда

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (шт)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
салат из свеклы отварной	60	100	120	свекла	0,072	0,121	0,145	200,00
				зелень	0,002	0,003	0,004	2000,00
				масло растительное	0,003	0,005	0,007	733,00
Суп гречневый на курином бульоне	200	250	300	мясо курица	0,040	0,040	0,040	2050,00
				крупа гречка	0,016	0,020	0,024	409,00
				картофель	0,086	0,107	0,120	137,00
				морковь	0,010	0,013	0,015	98,00
				лук	0,010	0,012	0,014	126,00
				соль	0,001	0,001	0,001	81,00
				масло раст	0,008	0,010	0,007	733,00
булочка с творогом	60	60	60	мука пшеничная в/с	0,035	0,035	0,035	312,00
				сахар	0,003	0,003	0,003	380,00
				масло сливочное	0,002	0,002	0,002	3918,00
				яйцо I категории	0,002	0,002	0,002	514,00
				соль йодированная	0,001	0,001	0,001	81,00
				Дрожжи прессованные	0,001	0,001	0,001	7202,00
				творог	0,030	0,030	0,030	2054,00
				ванилин	0,0003	0,0003	0,0003	7000,00
				масло растительное	0,001	0,001	0,001	733,00
Чай с лимоном	200	200	200	чай	0,001	0,010	0,010	4576,000
				лимон	0,005	0,005	0,005	980,000
				сахар	0,005	0,005	0,005	380,000
Хлеб	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00

I неделя
Четверг

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (шт)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
Салат из свежих овощей	60	100	120	масло растит	0,003	0,003	0,006	733,00
				зелень	0,002	0,003	0,004	2000,00
				морковь	0,011	0,018	0,023	98,00
				капуста белокочанная	0,053	0,086	0,108	137,00
Котлета рыбная Соус томатный Рис рассыпчатый с маслом сливочным	80/20/ 100	100/20 1150	100/20/ 180	филе рыбное	0,067	0,111	0,111	1100,00
				хлеб пшеничный	0,018	0,024	0,024	198,00
				мука	0,003	0,003	0,003	171,00
				томат	0,003	0,003	0,003	2000,00
				лук	0,012	0,012	0,012	126,00
				масло растит	0,007	0,008	0,008	733,00
				соль	0,001	0,001	0,001	81,00
				рис	0,028	0,042	0,050	637,00
Кнорель	200	200	200	кнорель	0,020	0,030	0,020	2000,00
				кислота лимонная	0,001	0,001	0,001	2100,00
				сахар	0,007	0,007	0,007	380,00
Хлеб	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00

I неделя
Пятница

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (ты)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
Бутерброд с сыром	25	45	55	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00
				сыр твердый	0,007	0,011	0,015	5100,00
Фрукты	150	150	150	яблоко	0,150	0,150	0,150	810,000
каше пшеница на молоке с маслом	200	250	300	крупа пшеница	0,031	0,041	0,060	423,00
				молоко 2,5%	0,085	0,172	0,151	360,00
				сахар	0,004	0,005	0,006	380,00
				масло сливочное	0,005	0,006	0,008	3918,00
				соль йодированная	0,001	0,001	0,001	81,00
Чай с молоком и медом	200	200	200	чай	0,005	0,005	0,005	4576,000
				молоко	0,040	0,040	0,040	360,000
				мед	0,007	0,007	0,007	3000,00

2 неделя

Понедельник

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (ты)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
Салат из свежих овощей с яблоком	60	100	120	морковь	0,023	0,045	0,045	98,00
				капуста белокачанная	0,035	0,047	0,067	137,00
				яблоко	0,01	0,016	0,02	810,00
				масло растительное	0,003	0,005	0,006	733,00
Курица тушеная Отварные макароны	80/100	100/150	100/180	мясо курицы	0,109	0,123	0,123	2050,00
				морковь	0,010	0,012	0,017	98,00
				лук	0,008	0,010	0,015	126,00
				масло растит.	0,008	0,009	0,009	733,00
				соль	0,001	0,001	0,001	81,00
				морковь	0,015	0,019	0,024	98,00
				томат	0,002	0,003	0,040	2000,00
				макаронные изделия	0,035	0,060	0,063	566,00
Чай с медом	200	200	200	чай	0,005	0,005	0,005	4576,000
				мед	0,006	0,006	0,006	3000,00
Хлеб	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00

2 неделя

Вторник

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (ты)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
салат из свеклы отварной	60	100	120	свекла	0,072	0,121	0,145	200,00
				зелень	0,002	0,003	0,004	2000,00
				масло растительное	0,003	0,005	0,007	733,00
Рагу овощное с мясом	200	250	300	говядина	0,097	0,124	0,124	3600,00
				картофель	0,090	0,111	0,133	137,00
				капуста	0,067	0,076	0,092	134,00
				морковь	0,051	0,063	0,076	98,00
				лук	0,028	0,035	0,042	126,00
				соль	0,001	0,001	0,001	81,00
				масло раст.	0,008	0,009	0,009	733,00
				мука	0,002	0,003	0,004	171,00
				сахар	0,004	0,005	0,006	380,00
				томат	0,002	0,002	0,002	2000,00
Кисель	200	200	200	кисель	0,007	0,007	0,007	2000,000
				кислота лимонная	0,001	0,001	0,001	2100,00
				сахар	0,007	0,007	0,007	380,000

Хлеб	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00
------	----	----	----	----------------------	-------	-------	-------	--------

2 неделя

Среда

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (гн)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
салат из моркови с сыром	60	100	120	морковь	0,065	0,108	0,13	98,00
				сыр твердый	0,003	0,004	0,005	5100,00
				масло растительное	0,003	0,005	0,007	733,00
Суп гороховый на костном бульоне	200	250	300	мясо курица	0,040	0,040	0,040	2050,00
				горох	0,016	0,020	0,024	318,00
				картофель	0,054	0,067	0,080	137,00
				морковь	0,011	0,013	0,015	98,00
				лук	0,010	0,012	0,014	126,00
				соль	0,001	0,001	0,001	81,00
				масло раст	0,008	0,009	0,008	733,00
булочка с творогом	60	60	60	мука пшеничная в/с	0,035	0,035	0,035	312,00
				сахар	0,003	0,003	0,003	380,00
				масло сливочное	0,002	0,002	0,002	3918,00
				яйцо 1 категория	0,002	0,002	0,002	514,00
				соль йодированная	0,001	0,001	0,001	81,00
				Дрожжи прессованные	0,001	0,001	0,001	7202,00
				творог	0,030	0,030	0,030	2054,00
				ванилин	0,0003	0,0003	0,0003	7000,00
				масло растительное	0,001	0,001	0,001	733,00
Компот из сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	0,020	0,020	0,020	2000,000
				кислота лимонная	0,001	0,001	0,001	2100,00
				сахар	0,007	0,007	0,007	380,000
Хлеб	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00

2 неделя

Четверг

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (гн)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
Салат из свежих овощей	60	100	120	масло растит	0,003	0,005	0,006	733,00
				зелень	0,002	0,003	0,004	2000,00
				морковь	0,011	0,018	0,023	98,00
				капуста белокачанная	0,053	0,086	0,108	137,00
Биточки рыбные Соус томатный Картофельное пюре с маслом сливочным	80/20/ 100	100/20/ 150	100/20/ 180	филе рыбное	0,067	0,111	0,111	1100,00
				хлеб пшеничный	0,018	0,024	0,024	198,00
				мука	0,003	0,003	0,003	171,00
				томат	0,003	0,003	0,003	2000,00
				лук	0,012	0,012	0,012	126,00
				масло растит	0,007	0,008	0,008	733,00
				соль	0,001	0,001	0,001	81,00
				картофель	0,156	0,180	0,216	137,00
				молоко	0,021	0,024	0,029	360,00
Чай с молоком и медом	200	200	200	чай	0,005	0,005	0,005	4576,000
				молоко	0,040	0,040	0,040	360,000
				мед	0,007	0,007	0,007	3000,00
Хлеб	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00

2 неделя
Пятница

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г			Цена ингредиента за кг/л, (тн)
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	
Бутерброд с сыром	25	45	55	Хлеб ржано-пшеничный	0,020	0,035	0,040	480,00
				сыр твердый	0,007	0,011	0,015	5100,00
Фрукты	150	150	150	яблоко	0,150	0,150	0,150	810,000
каша рисовая на молоке с маслом	200	250	300	крупа рисовая	0,030	0,039	0,046	637,00
				молоко 2,5%	0,100	0,125	0,165	360,00
				сахар	0,004	0,005	0,006	380,00
				масло сливочное	0,005	0,006	0,008	3918,00
				соль йодированная	0,001	0,001	0,001	81,00
Чай с сиропом шиповника	200	200	200	чай	0,001	0,001	0,001	4576,00
				сироп шиповника	0,010	0,010	0,010	3000,00
				сахар	0,005	0,005	0,005	380,00