



Согласовано:
Начальник отдела образования
исполнительного комитета
Мамадышского муниципального района
И.Н.Т.абдрахманов

Примерное двухдневное меню школьных завтраков для организации питания детей, С прибыванием детей до 6 часов (5-1кл)

Использован: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1993 и 1996гг Сборник рецептов блюд и

[illegible]

№ рецепта	Наименование блюд	Основные компоненты	Брут то	Нетт о	Вых од	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал	Всего			В том числе				Родительский взнос плата			
	Цена за кг									Сумма за кг	Сумма	Бюджет		За счет собственной продукции		Сумма за кг			Сумма за кг	Сумма
												кг	кг	кг	кг					
№9	2 день	Яблоки	100	100	100	0	0	10,98	47,52	100	10,00	0,00	0,00	100	10					
		курица	100	100						270	27,00			270	27,00					
		картофель	63,7			0,6	0,12	4,98	24,4	25	1,59		25	1,59	0					
		соль	2	2						16	0,03		0,00	16	0,032					
		морковь	28,4	22,7		0,19		1,08	5,13	35	0,99		35	0,99	0					
		лук	14,3	12		0,1		1,08	3,28	30	0,43		30	0,43	0					
		капуста	69,8	57		0,6	0,03	0,72	9,9	25	1,75		25	1,75	0					
		масло	4	4		0,048	4,35	0,156	39,66	140	0,56		0,00	140	0,56					
		растительное																		
		томат паста	2	2		0,4	2,9	0,05	9,9	175	0,35		0,00	175	0,35					
№411																				
	№95	Кофейный	5	5	5	54	2,16	0,74	24,42	500	2,50		500	2,5		0				
		напиток с	20	20	20	0	0	11,088	42,67	80	1,60		80	1,6		0				
		молоком	100	100	100	2,82	3,2	4,73	58	83	8,30		83	8,30		0,00				
	хлеб пшеничный	хлеб	30	30	30	6,96	1,2	46	167,2	78	2,34		0,00	78	2,34					
	хлеб пшенично- ржаной	хлеб	20	20	20	6,96	1,02	46	167,2	76	1,52		0,00	76,00	1,52					
		итого									0,0			0,0	0,0					
	итого за день										58,96		12,40	4,76		41,80				

№ рецепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брут то	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	В том числе							
										Всего	Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата		
											Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг		Сумма
№610	Гуляш из говядины	Говядина	87	74		16,89	12,9		174,9	500	43,50		0,00	500	43,5		
		Масло	5	5			4,99		44,95	140	0,70		0,00		0		
		Лук репчатый	18	15		0,21	-	1,36	6,15	30	0,54	30	0,54		0		
		Томат паста	3,2	3,2		0,43		1,87	9,16	175	0,56	175	0,56		0		
		Соль	1	3		-	-	-	-	16	0,02	16	0,02		0		
		Масса тушен.мяса		50		-	-	-	-		0,00		0,00		0		
		Мука	4	4		0,43	0,04	2,72	13,08	40	0,16		0,00	40	0,16		
№746	Макароны отварные	макароны	51			18,19	17,93	6,92	250,4								
		Соль	3			3,5	0,37	23,6	114,5	60	3,06	60	3,1		0		
		Масло слив	5			-	-	-	-	16	0,05	16	0,05		0		
		итого			150	0,02	2,5	0,04	23,1	900	4,50	900	4,50		0		
		заварка	1	1		3,52	2,87	23,64	137,6	688	6,88	688	6,88				
№944	Чай с сахаром	Сахар	15	15		0	-	14,9	56,8	80	1,20	80	1,20	0,00	0		
		итого			200	0											
	хлеб подпорованный	хлеб	30	30		6,96	1,2	46	167,2	78	1,8	78	1,8				
		хлеб	20	20		6,96	1,2	46	167,2	76	1,52	76	1,52	0,00	0		
		итого				0	0	0	0		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
						7,390	1,240	48,720	180,280		64,484	20,28	0,540	0,00	43,66		
Итого за день																	

№ рецеп- та	Наименование блюд	Основные компоненты	Брут- то	Нетто	Вы- ход	Белки	Жиры	Углев- оды	Ккал	Всего				В том числе				Родительский взнос плата		
										Цена за кг		Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг			Сумма
										Цена за кг	Сумма									
4 день																				
№273	Салат из моркови	Морковь	65	60	60	1,3	0,08	6,06	27,2	35	2,28				35	2,27				
		Масло растительное	6	6		0	6,93	0		62,93	140	0,84					140	0,84		
		Сахарный песок	6	6	6	0	0	9,98	37,9	0,48	80						80	0,48		
		итого			60															
№517	Котлеты Рыбные	Котлеты рыбные п/ф из судака(трески)	100	100	80	27,4	5,24	0	110	325	32,50	0,00			0,00	325	32,5			
№442	Картофельное пюре	Картофель	170	150	150	5,01	0,72	31,19	144,29	25	4,25				25	4,3				
		Молоко 2,5	24	24		0,67	0,76	1,12	13,9	83	1,99	83	1,99							
		Масло слив	5,2			0,04	3,77	0,13	34,37	900	4,68	900	4,68							
		Соль	1							16	0,02	16	0,02							
		Заварка	1	1		0,04	-			688	0,69	688	0,69		0,00	0,00	0	0		
№944	Чай с сахаром	Сахар	15	15		0		14,9	58	80	1,20	80	1,20		0,00	0,00	0	0		
		итого		200							0,00									
		хлеб	30	30	30	12,16	1,44	79,76	180,8	78	2,34	78	2,34		0,00	0,00	0	0		
		хлеб	20	20						76	1,52	76	1,52		0	0,00	0	0		
		итого		50	50	0	0	0	0	0	0	0	0		0,00	0,00	0	0		
	итого за день					12,16	1,44	79,76	180,8	94	52,78		12,44	6,52		33,82				

№ рецепт а	Наименование		Основные компоненты	Брут- то	Нет- то	Вых од	Белк и	Жиры	Углев оды	Ккал	В том числе									
	5 день										Всего	Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата				
												Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма					Цен а за кг
	Фрукты		Яблоки	100	100	100	0,08	0,069	1,79	7,8	100,00									
	Котлеты рубленные из птицы		Котлета куриная	90	80		11	13,5	4,78	185	360,00						100	10		
			Сушари	8	8						100	0,80	78	0,8			360	32,4		
			Масло сливоч	2	2						900	1,80	0							
			Масло	5	5						140	0,70	0				900	1,8		
	Рис отварной		рис	55	55		1,16	0,42	10,58	52,55	90	4,95	0				140	0,7		
			масло сливочное	7	7		0,04	3,63	0,13	33,05	900	6,30	0				90	4,95		
			Соль	1	1		-	-	-	-	16	0,02	16	0,016	0,00	0,00	900	6,3		
			итого										0					0		
№944	Чай с лимоном		заварка	1	1		0	0	0	0	688	0,69	688	0,688	0,00	0,00	0	0		
			лимон	8	8		0	0	0	0	170	1,36	0		0,00	0,00	170	1,36		
			Сахар	15	15				19,96	75	80	1,20	80	1,2	0,00	0,00		0		
						200					0,00		0					0		
	хлеб		хлеб	20	20	20	6,96	1,2	32,96	181	78	1,56	51	1,56			0			
	хлеб		хлеб	30	30	30		1,2	46	167,2	76	2,28	60	2,28	0,00	0,00		0		
			итого			75						64,05		6,544			0			
	Итого за День																57,51			

[illegible]

№ ре- септа	Наименова- ние блюд	Основные компонент ы	Брутто о	Нетто о	Вых од	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал	Всего						В том числе					
										Цена за кг	Сумма за кг	Цена за кг	Сумма за кг	Цена за кг	Сумма за кг	Цена за кг	Сумма за кг	Цена за кг	Сумма за кг	Цена за кг	Сумма за кг
		Апельсин	100	100	100	0	0	10,9	47,52	150	15	150	15	150	15	150	15	150	15	150	15
Фрукты																					
№3 26	Сосиски говяжьи	сосиски	102	100		18,4	11,9		161,9	380	38,76		0,00		0,00		0,00		380	38,76	
		Гречка	54	40				5,99	215,2	100	5,40		0,00		0,00		0,00			5,4	
		Слив	5	5		0,04	3,63	0,13	157,9	900	4,50		0,00						800	4,5	
		соль	1	1					0,02	16	0,02		0,00		0,00		0,00			0,016	
№94	Какао с молоком	Какао	4	4				-		271	1,08	271	1,08		0,00		0,00			0	
		Сахар	15	15				14,9	56,8	80	1,20	80	1,20		0,00		0,00			0	
		Молоко	100	100	200					83	8,30	83	8,30		0		0			0	
		хлеб	20	20	30	6,96	1,2	32,96	181	76	1,52	76	1,52		0		0			0	
	хлеб	хлеб	30	30	30	6,96	1,2	32,96	167,2	78	2,34	78	2,34		0,00		0,00			0	
	Итого за день								63,12		14,44		48,68								

[illegible]

№ рецепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брутто о	Нетто о	Выхо д	Белк и	Жиры	Углев оды	Ккал	Всего			Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата		
										Цена за кг	Сумма	кг	Сумма	кг	Сумма	за кг	Сумма	кг	Сумма
№273	Салат из св капусты	капуста	60	50		0,15		2,85	13,5	25	1,5			25	1,50				
		Морковь	8	5		1,1	0,8	6,1	29,2	25,00	0,2			25	0,20				
		сахарный песок	3	3				9,98	37,9	80,00	0,24				80	0,24			
		соль	1	1						16,00	0,016	16,00	0,02						
		Масло	7			-	9,9		89,9	140,00	0,98	140,00	0,98						
		итого			100														
		котлеты рыбные	102	100		27,4	5,24	0	110	325	33,15					325,00	33,15		
		Соль	2	2						16	0,032	16	0,03						
		Масло	2	2			0,24		22,45	140	0,28	140	0,28						
					50														
№442	картофельное пюре	картофель	170			2	0,4	16,3	80	25	4,25			25	4,25				
		молоко	24			6,4	0,39	0,74	8,2	83	1,992	83	1,99						
		Соль	1			-	-	-	-	16	0,016	16	0,02						
		Масло слив	5			0,02	2,5	0,04	23,1	900	4,5	900	4,50						
		итого			150														
944	Чай с сахаром	Заварка	1	1		-	-	-	-	688	0,688	688	0,69						
		Сахар	15	15		-	-	14,9	56,8	80	1,2	80	1,20						
		итого			200	0	0	14,9	56,8	0									
		хлеб	20	20		6,96	1,2	32,96	181	76	1,52	76	1,52						
		хлеб	30	30	40	6,96	1,2	32,96	167,2	78	2,34	78	2,34			0,00	0		
		итого за день									52,9	13,6	6,2				33,2		

№ рецепта	Наименование блюд	Основные компоненты	Брутто	Нет то	Вы ход	Белки	Жир ы	Угле воды	Ккал	В том числе							
										Всего		Бюджет		За счет собственной продукции		Родительски й взнос плата	
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма
№416	Салат из моркови	морковь	65	50		1,1		5,43	28,9	20	1,30		0,00	20	1,30		0
		соль	0,5							16	0,01	16	0,01		0,00		0
		масло	10	10		0	6,93		89,9	140	1,40	140	1,40		0,00		0
		итого			60												
	Птица тушеная в соусе	курица	100	50		27,4	5,24	0	110	270	27,00		0,00		0,00		0
		Масло	2	2			5,99	0	53,94	140	0,28	140	0,28		0,00	270,0	27
		Мука пшеничная	4	4		0,62	0,06	4,13	20,04	40	0,16	40	0,16		0,00		0
		Соль	1	1						16	0,02	16	0,02		0,00		0
		сметана	13	13						210	2,63		0,00		0,00	210,0	2,625
№746	Макароны отварные	Макаронные изд	53	53	50	5,9	1,65	31	167,5	60	3,18		0,00		0,00	60	3,18
		Масло сливочное	5	5		0,04	3,6	0,06	33,05	900	4,50	900	4,50		0,00		0
		Соль	1	1		-	-			16	0,02	16	0,02		0,00		0
		итого			150												
		Кофейный напиток с молоком	5	5													
	944	Сахар	20	20		0	-	-	500	2,50	500	2,50		0,00		0	
		итого			200	0		14,9	56,8	80	1,60	80	1,60		0,00		0
		хлеб	20	20	20	6,96	1,2	46	167,2	76	1,52	76	1,52				
		хлеб поджаренный	30	30	30	6,96	1,2	46	167,2	78	2,34	78	2,34		0,00		0
		итого за день								48,4	14,3		1,3		32,8		

[illegible]

№ рецепта	Наименование	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Угле	Всего	В том числе											
										Ккал	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг						
№297	12 день	рис	24	24		3,36	0,57	30,4	156,8	90	2,16	90	2,16								
	Запеканка рисовая с творогом	творог	20	20		6,76	3,75	0,81	64,4	322	6,44										
		Яйцо	0,2	0,2		1,27	1,15	0,07	15,7	10	0,00										
		Сахар	7,5	7,5				15	56,85	80	0,60	80	0,60								
			Масло слив	10	10		0,04	3,63	0,28	33,05	900	9,00									
		сметана	5	5	80	0,14	1	0,16	10,3	210	1,05										
№45	Чай с сахаром	заварка	1	1					688,0	0,69											
		Сахар	15	15					80,0	1,20											
					13																
	хлеб	хлеб	30	30		7,0	1,2	33,0	181,0	78,0	2,34										
		хлеб	20	20		7,0	1,2	33,0	181,0	76,0	1,52	0	2,76								
									25,00												
						</															