

**Примерное двенадцатидневное меню на услуги горячего питания
на осенне - зимний период 2020 г.
(1-4 классы)**

Согласовано:
Директор

МБОУ "СОШ № 8"

Сахапов
Сахапов А.И.



| № | № рецептуры | Наименование продукта | Выход на 1 порц., гр. | Цена |
|--------------------|-------------|--------------------------------------|-----------------------|--------------|
| 1- ый день | | | | |
| 1 | | Помидоры свежие (порционно) | 60 | 5,00 |
| 2 | 272 | Котлеты рубленые из говядины | 80 | 22,00 |
| 3 | 181 | Каша гречневая с маслом сливочным | 150/5 | 10,00 |
| 4 | 433 | Какао с молоком | 200 | 8,00 |
| 5 | | Хлеб пшеничный,ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 46,50 |
| 2 - ой день | | | | |
| 1 | | Фрукты(яблоко) | 110 | 15,00 |
| 2 | | Огурцы свежие (порционно) | 60 | 5,00 |
| 3 | 2258 | Жаркое из птицы | 50/150 | 28,00 |
| 4 | 432 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 7,00 |
| 5 | | Хлеб пшеничный,ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 56,50 |
| 3 - ий день | | | | |
| 1 | 45 | Салат из белокачанной капусты | 60 | 5,00 |
| 2 | 259 | Гуляш из говядины | 50/50 | 31,00 |
| 3 | 202 | Макароны отварные с маслом сливочным | 150/5 | 6,00 |
| 4 | 430 | Чай с сахаром | 18/185 | 2,50 |
| 5 | | Хлеб пшеничный,ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 46,00 |
| 4 - ый день | | | | |
| 1 | | Фрукты (груша) | 100 | 15,00 |
| 2 | 41 | Салат из моркови | 60 | 5,00 |
| 3 | 239 | Котлеты рыбные | 80 | 17,00 |
| 4 | 335 | Пюре картофельное с маслом сливочным | 150/5 | 13,00 |
| 5 | 433 | Какао с молоком | 200 | 8,00 |
| | | Хлеб пшеничный,ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 59,50 |
| 5 - ый день | | | | |
| 1 | | Фрукты (яблоко) | 170 | 15,00 |
| 2 | | Помидоры свежие (порционно) | 60 | 5,00 |
| 3 | 294 | Котлеты рубленые из птицы | 80 | 21,00 |
| 4 | 325 | Рис отварной маслом сливочным | 150/5 | 7,00 |
| 5 | 431 | Чай с сахаром и лимоном | 18/185/7 | 3,40 |
| | | Хлеб пшеничный,ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 52,90 |
| 6 - ой день | | | | |
| 1 | | Фрукты (мандарин) | 100 | 15,00 |
| 2 | 20 | Салат из свежих огурцов с маслом | 60 | 6,00 |
| 3 | 392 | Пельмени отварные с маслом сливочным | 180/5 | 20,00 |
| 4 | 430 | Чай с сахаром | 185/15 | 2,50 |
| 5 | | Хлеб пшеничный,ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 45,00 |

| 7 - ой день | | | | |
|--------------|-----|---|----------|---------------|
| 1 | | Фрукты (апельсин) | 150 | 15,00 |
| 2 | | Огурцы свежие (порционно) | 60 | 5,00 |
| 3 | 257 | Мясо тушеное | 60/30 | 35,00 |
| 4 | 181 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 150/5 | 10,00 |
| 5 | 433 | Какао с молоком | 200 | 9,00 |
| | | Хлеб пшеничный, ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 75,50 |
| 8 - ой день | | | | |
| 1 | | Помидоры свежие (порционно) | 60 | 5,00 |
| 2 | 311 | Плов из птицы | 50/150 | 26,00 |
| 3 | 431 | Чай с сахаром и лимоном | 18/185/7 | 3,40 |
| 4 | | Хлеб пшеничный, ржаной | 20/30 | 1,50 |
| 5 | | Итого | | 35,90 |
| 9- ый день | | | | |
| 1 | | Фрукты (груша) | 100 | 15,00 |
| 2 | 45 | Салат из белокочанной капусты | 60 | 5,00 |
| 3 | 239 | Котлеты рыбные | 80 | 17,00 |
| 4 | 335 | Пюре картофельное с маслом сливочным | 150/5 | 13,00 |
| 5 | 430 | Чай с сахаром | 15/185 | 2,50 |
| | | Хлеб пшеничный, ржаной | po | 1,50 |
| | | Итого | | 54,00 |
| 10 - ый день | | | | |
| 1 | | Фрукты (яблоко) | 100 | 15,00 |
| 2 | 41 | Салат из моркови | 60 | 5,00 |
| 3 | 307 | Птица запеченная | 120 | 28,00 |
| 4 | 202 | Макароны отварные с маслом сливочным | 150/5 | 6,00 |
| 5 | 432 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 7,00 |
| 6 | | Хлеб пшеничный, ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 62,50 |
| 11 - ый день | | | | |
| 1 | | Фрукты (банан) | 150 | 15,00 |
| 2 | 33 | Свекла отварная с маслом (дольками) | 60 | 4,00 |
| 3 | 299 | Запеканка картофельная с мясом | 180/5 | 22,00 |
| 4 | 431 | Чай с сахаром и лимоном | 18/185/7 | 3,40 |
| 5 | | Хлеб пшеничный, ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 45,90 |
| 12 - ый день | | | | |
| 1 | 20 | Салат из свежих огурцов с маслом | 60 | 5,00 |
| 2 | 254 | Колбасные изделия отварные (сосиски) | 100 | 26,00 |
| 3 | 325 | Рис отварной с маслом сливочным | 150/5 | 7,00 |
| 4 | 430 | Чай с сахаром | 15/185 | 2,50 |
| | | Хлеб пшеничный, ржаной | 20/30 | 1,50 |
| | | Итого | | 42,00 |
| | | Итого | | 622,20 |
| | | | | 51,85 |