

Директор школы



“Утверждаю”
Ковгар Е. В.

14-ти дневное меню для воспитанников 1-4 классов
МКОУ Александровская СОШ Павловского муниципального района на 2020-2021 год

Первый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
Завтрак			
1	Каша молочная пшеничная	1/200	
2	Какао с молоком	1/200	
3	Хлеб пшеничный	1/20	
4	Масло сливочное	1/10	
5	Сыр российский	1/30	
	Фрукты	1/100	
	Итого	х	

Обед

1	Огурец консервированный	1/60	7,8
2	Суп картофельный с бобовыми	1/250	3,41
3	Биточки мясные паровые	1/80	30,44
4	Рагу из овощей	1/150	3,33
5	Компот из с/ф	1/200	1,92
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	133
	Итого	х	48,23

Второй день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
завтрак			
1	Запеканка рисовая	1/160	
2	Кофейный напиток с молоком	1/200	
3	Биоогурт	1/200	
4	Хлеб пшеничный	1/20	
5	Булочка с повидлом	1/50	
	Итого	х	

Обед

1	Салат из свеклы с яблоком	1/65	3,38
2	Суп с макаронными изделиями	1/250	4,56
3	Печень говяжья тушеная в соусе	1/100	24,2
4	Пюре картофельное	1/150	6,81
5	Сок в ассортименте	1/200	12
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
	Итого	х	52,28

Третий день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
Завтрак			
1	Запеканка из творога	1/160	
2	Молоко сгущенное с сахаром 8,5%	1/10	
3	Чай с сахаром и лимоном	1/200	
4	Хлеб пшеничный	1/20	
5	Масло сливочное	1/10	
6	Фрукты в ассортименте	1/100	
Итого		х	

Обед

1	Салат из соленых огурцов	1/60	8,32
2	Борщ из свежей капусты	1/250	5,95
3	Плов из птицы	1/150	24,02
4	Компот из свежих фруктов	1/200	3,77
5	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
Итого		х	43,39

Четвертый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
Завтрак			
1	Омлет натуральный	1/150	
2	Бобовые отварные	1/80	
3	Чай сахаром	1/200	
4	Хлеб пшеничный	1/20	
Итого		х	

Обед

1	Винегрет	1/60	4,81
2	Рассольник ленинградский со сметаной	1/250	7,53
3	Каша рисовая	1/160	5,75
4	Рыба тушеная с овощами	1/100	23,48
5	Напиток из шиповника	1,200	4,37
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
Итого		х	47,27

Пятый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
Завтрак			
1	Макаронные изделия отварные	1/150	
2	Биточки из говядины	1/80	
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	
4	Булочка	1/50	
5	Хлеб пшеничный	1/20	
Итого		х	

Обед

1	Салат из свежей капусты	1/60	2,61
2	Щи из свежей капусты	1/250	4,11
3	Котлеты рубленые из птицы	1/80	23,03
4	Картофель отварной	1,150	8,08
5	Кисель из концентрата	1/200	3,06
6	Зефир	1/20	3,2
7	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,36
Итого		х	45,45

Шестой день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
---	--------------	-------------------	-----------------

Завтрак

1	Каша рисовая молочная	1/200	
2	Хлеб пшеничный	1/20	
3	Сыр российский	1/15	
4	Какао с молоком	1/200	
Итого		х	

Обед

1	Помидоры консервированные	1/60	8,10
2	Суп картофельный с рыбой	1/250	13,31
3	Жаркое по-домашнему	1/200	34,84
4	Компот из сухофруктов	1\200	1,92
5	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
Итого		х	59,5

Седьмой день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
Завтрак			
1	Запеканка из творога	1/160	
2	Чай с сахаром и лимоном	1\200\15/7	
3	Хлеб пшеничный	1/40	
4	Масло сливочное	1/10	
5	Фрукты в ассортименте	1\100	
Итого		х	

Обед

1	Салат из свеклы с маслом растительным	1/65	3,91
2	Суп картофельный с фасолью	1/250	5,47
3	Печень говяжья тушеная в соусе	1/100	24,2
4	Каша ячневая рассыпчатая	1/150	3,65
5	Кисель из концентрата	1/200	3,06
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
Итого		х	41,62

Восьмой день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
---	--------------	-------------------	-----------------

Завтрак

1	Рыба припущенная	1/80	
2	Пюре картофельное	1/150	
3	Чай с молоком и сахаром	1/200/15	
4	Хлеб пшеничный	1\20	
5	Масло сливочное	1/10	
Итого		х	

Обед

1	Огурцы консервированные	1/60	7,8
2	Суп с макаронными изделиями	1\250	4,56
3	Тефтели мясные	1/90	26,39
4	Рис отварной	1/150	5,75
5	Сок в ассортименте	1/200	12
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,36
Итого		х	57,83

Девятый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
Завтрак			
1	Омлет с сыром запеченный	1/150	
2	Чай с сахаром	1/200/15	
3	Хлеб пшеничный	1/20	
4	Масло сливочное	1/7	
5	Фрукты в ассортименте	1/100	
Итого		х	

Обед

1	Винегрет с сельдью	1/60	11,74
2	Рассольник ленинградский со сметаной	1/250	7,53
3	Котлета рыбная	1/80	14,01
4	Макаронные изделия	1/150	12,36
4	Кисель витаминизированный	1/200	3,06
5	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	
Итого		х	50,03

Десятый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
1	Запеканка рисовая с тыквой	1/180	
2	Кофейный напиток	1/200	
3	Хлеб пшеничный	1/20	
4	Булочка с повидлом	1/50	
5	Фрукты в ассортименте	1/100	
Итого		х	

Обед

1	Салат из соленых огурцов	1/60	8,32
2	Суп картофельный с рыбой	1/250	13,31
3	Птица отварная	1/80	17,2
4	Капуста тушеная	1/150	6,84
5	Компот из фруктов	1/200	3,77
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
Итого		х	50,77

Одиннадцатый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
---	--------------	-------------------	-----------------

Завтрак

1	Каша молочная пшеничная	1/200	
2	Какао с молоком	1/200	
3	Хлеб пшеничный	1/20	
4	Масло сливочное	1/10	
5	Сыр российский	1/30	
	Фрукты	1/100	
Итого		х	

Обед

1	Огурец консервированный	1/60	7,8
2	Суп картофельный с бобовыми	1/250	3,41
3	Биточки мясные паровые	1/80	30,44
4	Рагу из овощей	1/150	3,33
5	Компот из с\ф	1/200	1,92
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	133
Итого		х	48,23

Двенадцатый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
завтрак			
1	Запеканка рисовая	1/160	
2	Кофейный напиток с молоком	1/200	
3	Биоогурт	1/200	
4	Хлеб пшеничный	1/20	
5	Булочка с повидлом	1/50	
Итого		х	

Обед

1	Салат из свеклы с яблоком	1/65	3,38
2	Суп с макаронными изделиями	1/250	4,56
3	Печень говяжья тушеная в соусе	1/100	24,2
4	Пюре картофельное	1/150	6,81
5	Сок в ассортименте	1/200	12
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
Итого		х	52,28

Тринадцатый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
Завтрак			
1	Запеканка из творога	1/160	
2	Молоко сгущенное с сахаром 8,5%	1/10	
3	Чай с сахаром и лимоном	1/200	
4	Хлеб пшеничный	1/20	
5	Масло сливочное	1/10	
6	Фрукты в ассортименте	1/100	
Итого		х	

Обед

1	Салат из соленых огурцов	1/60	8,32
2	Борщ из свежей капусты	1/250	5,95
3	Плов из птицы	1/150	24,02
4	Компот из свежих фруктов	1/200	3,77
5	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
Итого		х	43,39

Четырнадцатый день

№	Наименование	Масса порции, гр.	Стоимость, руб.
Завтрак			
1	Омлет натуральный	1/150	
2	Бобовые отварные	1/80	
3	Чай сахаром	1/200	
4	Хлеб пшеничный	1/20	
Итого		x	

Обед

1	Винегрет	1/60	4,81
2	Рассольник ленинградский со сметаной	1/250	7,53
3	Каша рисовая	1/160	5,75
4	Рыба тушеная с овощами	1/100	23,48
5	Напиток из шиповника	1,200	4,37
6	Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,33
Итого		x	47,27