

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

Примерное двухнедельное меню школьных завтраков для организации питания детей, с прибыванием детей до 6 часов (5-11кл) <i>3и 10</i>																		
Использован: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1993 и 1996гг. Сборник рецептов блюд и																		
№ рецепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал	Всего		Бюджет		В том числе		Родительский взнос		
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	За счет собственной продукции	Цена за кг		Сумма	
I день																		
№10	салат из свежей капусты	капуста	99,6	79		1,4		3,7	21,3	25	2,49		0,00	25	2,49			
		лук	12,5	10		0,14		0,91	4,1	30	0,38		0,00	30	0,38			
		морковь	12,5	10		0,1		0,7	3,4	35	0,44		0,00	35	0,44			
		сахар	5	5				4,9	18,9	80	0,40		0,00	80	0,40			
		масло растительное	5	5				4,99		44,9	140	0,70	140	0,70		0,00		
	итого				100													
№610	Биточки из мяса говядины	Говядина (котлетное мясо)	60	60		9,75	12,48	6,4	143,8	500	30,00		0,00		0,00	500	30	
		Лук	2	1,9									0,00		0,00			
		Сухари	0,5	0,5		0,22	0,02	1,44	6,62	100	0,05	100	0,05		0,00			
		Хлеб пшеничный	8	8		0,57	0,06	0,47	15,82	78	0,62	51	0,41		0,00			
		Масло сливочное	5	5		0,04	3,6	0,06	33,05	900	4,50	900	4,50		0,00			
		Вода	8	8											0,00			
		Соль йод	1	1						16	0,02	16	0,02		0,00			
		Масса п/ф		115							0,00		0,00		0,00			
		Масло растительное	2	2				1,99		17,98	140	0,28	140	0,28		0,00		
						100												
									0,00		0,00		0,00					
№746	Каша гречневая	Крупа гречневая	71	71		8,81	5,93	39,8	247	100	7,10	100	7,10		0,00			
		Масло сливочное	5	5		0,04	3,6	0,06	33,05	900	4,50	900	4,50		0,00			
		Соль йод	1	1						16	0,02	16	0,02		0,00			
		итого			180													
№944	Чай с сахаром	Заварка	1	1		0,04	-	-		688	0,69	688	0,69		0,00			
		Сахар	15	15		0		14,9	58	80	1,20	80	1,20		0,00			
		итого			200													
	хлеб	хлеб	20	20	20					76	1,02	76	1,02			0		
	хлеб	хлеб	30	30	30	12,16	1,44	79,76	180,8	78	2,34	78	2,34		0,00			
	итого				50													
	итого за день										56,74		22,82		3,70		30	

№ реце пта	Наименование блюд	Основные компоненты	Брут то	Нетт о	Вых од	Белки	Жиры	Угледо ды	Ккал	Всего		В том числе					
	2 день											Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата	
										Цена за кг	Сумма	кг	Сумма	за кг	Сумма	за кг	Сумма
№411	Фрукты	Яблоки	100	100	100	0	0	10,98	47,52	100	10,00		0,00		0,00	100	10
	Жаркое из мясо птицы	курица	100	100						270	27,00		0,00			270	27,00
		картофель	63,7			0,6	0,12	4,98	24,4	25	1,59		0,00	25	1,59		0
		соль йод	2	2						16	0,03		0,00		0,00	16	0,032
		морковь	28,4	22,7		0,19		1,08	5,13	35	0,99		0,00	35	0,99		0
		лук	14,3	12		0,1		1,08	3,28	30	0,43		0,00	30	0,43		0
		капуста	69,8	57		0,6	0,03	0,72	9,9	25	1,75		0,00	25	1,75		0
		масло растительное	4	4		0,048	4,35	0,156	39,66	140	0,56		0,00		0,00	140	0,56
		томат паста	2	2		0,4	2,9	0,05	9,9	175	0,35		0,00		0,00	175	0,35
					250												
№95 9	Кофейный напиток с молоком	Кофейный	5	5	5	54	2,16	0,74	24,42	500	2,50	500	2,5				0
		Сахар	20	20	20	0	0	11,088	42,67	80	1,60	80	1,6				0
		Молоко	100	100	100	2,82	3,2	4,3	58	83	8,30	83					
		выход			200								0,00				0,00
	хлеб пшеничный	хлеб	30	30	30	6,96	1,2	46	167,2	78	2,34		0,00	0,00	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		4,10		4,76		41,80

№ рецепта	Наименование блюд	Основные компоненты	Брут то	Нетт о	Вых од	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал	Всего		В том числе					
	3 день											Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата	
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма
№610	Гуляш из мясо 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	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		0,00		0	
	Соль	1	3		-	-	-	-	16	0,02	16	0,02		0,00		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	
					100	18,19	17,93	6,92	250,4								
№746	Макароны отварные	макароны	51			3,5	0,37	23,6	114,5	60	3,06	60	3,1		0,00		0
		Соль	3			-	-	-	-	16	0,05	16	0,05		0,00		0
		Масло слив	5			0,02	2,5	0,04	23,1	900	4,50	900	4,50		0,00		0
		итого			180	3,52	2,87	23,64	137,6								
№944	Чай с сахаром	заварка	1	1	1					688	6,88	688	6,88				
		Сахар	15	15		0	-	14,9	56,8	80	1,20	80	1,20		0,00		0
		итого			200	0											
	хлеб иодированный	хлеб	30	30	30	6,96	1,2	46	167,2	78	1,8	78	1,8				
		хлеб	20	20	20	6,96	1,2	46	167,2	76	1,52	76	1,52		0,00		0
					0	0	0	0		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день						7,390	1,240	48,720	180,280		64,484		20,28		0,540		43,66

№ рец епта	Наименова ние блюд	Основные компонент ы	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал	В том числе							
										Всего		Бюджет		За счет		Родительский	
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма
	Фрукты	Апельсин	100	100	100	0	0	10,9	47,52	150	15	150	15	150	15		
№3 26	Сосиски говяжие	сосиски гов	102	100	100	18,4	11,9		161,9	380	38,76		0,00		0,00	380	38,76
		Гречка	71	71				5,99	215,2	100	7,10		0,00		0,00		7,1
	Каша гречневая	Слив	5	5		0,04	3,63	0,13	157,9	900	4,50		0,00			800	4,5
		соль	1	1						16	0,02		0,00		0,00		0,016
					180												
№94	Какао с молоком	Какао	4	4				-	-	271	1,08	271	1,08		0,00		0
		Сахар	20	20				14,9	56,8	80	1,60	80	1,60		0,00		0
		Молоко	100	100	200					83	8,30		8,30		0		0
		хлеб	20	20	20	6,96	1,2	32,96	181	76	1,52	76	1,52				0
	хлеб	хлеб	30	30	30	6,96	1,2	32,96	167,2	78	2,34	78	2,34		0,00		0
	итого за день										65,22		14,84				50,38

№ рецепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углево- ды	Ккал	Всего		Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата	
										Цена за кг	Сумма	кг	Сумма	за кг	Сумма	кг	Сумма
	о									о	д	и	Жиры	оды	Ккал	Цена за кг	Сумма
№273	Салат из св капусты	капуста	99,6	99,6		0,15		2,85	13,5	25	2,49			25	2,49		
		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	Котлеты рыбные п/ф из судака(трески)	115	115		27,4	5,24	0	110								
							0,24		22,45	140	0	140	0,00			325,00	37,375
				100													
№442	картофельное пюре	картофель	183	150		2	0,4	16,3	80	25	4,575			25	4,58		
		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			180													
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	хлеб	20	20		6,96	1,2	32,96	181	76	1,52	76	1,52				
	хлеб	хлеб	30	30		6,96	1,2	32,96	167,2	78	2,34	78	2,34		0,00		0
итого за день											58,1		13,3		7,5		37,4

№ рецепта	Наименование блюд	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Всего		В том числе					
	10 день											Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата	
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма
№416	Икра из моркови	Морковь	95	75		1,1		5,43	28,9	20	1,90		0,00	20	1,90	0	
		соль йод	1	1						16	0,02	16	0,02		0,00	0	
		томат	27	27													
		сахар	1,2	1,2													
		масло	7,5	7,5		0	6,93		89,9	140	1,05	140	1,05		0,00	0	
		итого			100												
													0,00		0,00		0
	Мясо тушеная в соусе	курица	99	71		11,65	10,8	11,6	164	270	26,73		0,00		0,00	270,0	26,73
		Масло	2	2			5,99	0	53,94	140	0,28	140	0,28		0,00		0
		Мука пшеничная	4	4		0,62	0,06	4,13	20,04	40	0,15	40	0,15		0,00		0
		Томат	5	5											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
					100												
	Макаронны отварные	Макаронные изд	53	53		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
№746		Соль	1	1		-	-	-		16	0,02	16	0,02		0,00		0
		итого			180												
	Кофейный напиток с молоком	кофейный напиток	5	5						500	2,50	500	2,50		0,00		0
		молоко	100	100											0,00		0
		Сахар	20	20		0	-	14,9	56,8	80	1,60	80	1,60		0,00		0
944		итого			200	0					0,00						
		хлеб	20	20	20	6,96	1,2	46	167,2	76	1,52	76	1,52				
	хлеб подирированный	хлеб	30	30	30	6,96	1,2	46	167,2	78	2,34	78	2,34		0,00		0
	итого за день										48,4		14,0		1,9		32,5

№ ре- цепта	Наименование блюда	Основны е компонен ты	Брутто	Нето	Выход	Белки	Жиры	Углероды	Ккал	Всего		В том числе						
												Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата		
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	
	11 день																	
	Запеканка картофельная с мясом	говядина котлетное мясо	62,6	62,6		16,69	12,9	0	165,5	500	31,30					500	31,3	
		Масло раститель ное	3,4	3,4		1,95	4,9		8,82	140	0,48					140	0,476	
		Картофель	230	200		92	0,1	6,4	26,5	25	5,75			25	5,75			
		лук	15	10		0,15	0,02	0,35	1,44	30	0,45			30	0,45			
		масло сливочное	11	11		0,04	3,63	0,13	33,05	900	9,90					900	9,9	
		Соль йод	1	1		-	-	-	-	16	0,02	16	0,02					
		итого			220													
№94 4	Чай с лимоном	заварка	1			1,02		21,76	87,14	688	0,69	688	0,69					
		сахар	15			1,36		29,02	116,19	80	1,20	80	1,20					
		лимон	8							170	1,36	170	1,36					
				200/8	2,38	0	50,78	203,33										
	хлеб	хлеб	20	20	20	6,96	1,2	32,96	181	76	1,52	76	1,52					
	хлеб	хлеб	30	30	30	6,96	1,2	32,96	167,2	78	2,34	78	2,34					
	Масло слив.	масло сливочное	10		10	0,08	7,25	0,26	66,1	900	9,00					900,00	9	
	Сыр	Сыр гол.	15		15	2,26	2,57		33,79	610	9,15		0,00		0,00	610,00	9,15	
		итого									73,15		7,12		6,20		59,826	

№ рецепта	Наименование	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Всего		Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата		
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	
№297	Запеканка рисовая с творогом	рис	30	30		3,36	0,57	30,4	156,8	90	2,70	90	2,16					
		творог	25	25		6,76	3,75	0,81	64,4	322	8,05					322	8,05	
		Яйцо	0,2	0,2		1,27	1,15	0,07	15,7	10	0,00					10	0,002	
		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					900,00	9	
		сметана	5	5		0,14	1	0,16	10,3	210	1,05					210,00	1,05	
							220											
№945	Чай с сахаром	заварка	1	1						688,0	0,69					688	0,688	
		Сахар	15	15						80,0	1,20					80	1,2	
							200											
	хлеб	хлеб	30	30		7,0	1,2	33,0	181,0	78,0	2,34					78	2,34	
		хлеб	20	20		7,0	1,2	33,0	181,0	76,0	1,52		0			76	1,52	
										27,15		2,76				23,85		