

**Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей с ОВЗ (5-11кл) из расчета 50 руб в день**

**2 неделя - понедельник**

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	<b>Завтрак</b>	<b>г</b>		<b>г</b>	<b>г</b>	<b>за кг</b>	<b>рубли</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>		
1	Яйцо вареное	1шт	Яйца куриные	0,06	0,06	158,33	9,50						С.В.Маслова
			Соль иодир	0,001	0,001	17,00	0,02	12,8	11,6	0,7	158,7		
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,01	0,01	72,00	0,72	0,2	0	14	56	№160105	
							12,83						
<b>Обед</b>													
1	Плов из говядины	150	Мясо гов	0,045	0,045	580,00	26,10						С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Лук	0,005	0,004	45,00	0,23						
			Рис	0,04	0,04	90,00	3,60	12	6	60	230,1	№120535	
			Масло раст	0,005	0,005	135,00	0,68						
			Томат	0,002	0,002	200,00	0,40						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,01	0,01	72,00	0,72	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
<b>Итого за день:</b>						<b>60,00</b>	<b>32,52</b>	<b>20,44</b>	<b>133,7</b>	<b>741</b>			

2 неделя - вторник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша рисовая с молоком	150	Рис	0,05	0,05	90,00	4,50	5,25	9,15	27,8	216	№2660	С.В.Маслова
			Слив масло	0,008	0,008	600,00	4,80						
			Молоко	0,08	0,08	75,00	6,00						
			Сахар	0,008	0,008	72,00	0,58						
			Соль	0,001	0,001	18,00	0,02						
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,01	0,01	72,00	0,72	0,2	0	14	56	№160105	
<b>Обед</b>													
1	Биточки из говядины с соусом и кашей перловой	50\30\100	Мясо гов	0,06	0,04	580,00	34,80	27	9	13,5	237	№120548	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,004	0,004	18,00	0,07						
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37						
			Лук	0,002	0,001	45,00	0,09						
			Перловка	0,04	0,04	35,00	1,40						
			Масло раст	0,003	0,003	135,00	0,41						
			Яицо	0,003	0,002	158,33	0,47						
			Мука	0,005	0,005	30,00	0,15						
			Томат	0,005	0,005	200,00	1,00						
Масло слив	0,003	0,003	600,00	1,80	3,39	0,66	42,3	184,5					
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	
<b>Итого за день:</b>							<b>63,43</b>	<b>43,16</b>	<b>21,45</b>	<b>149</b>	<b>962,3</b>		

2 неделя - среда													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ тех. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Суп молочный с пшеникой	250	Пшено	0,02	0,02	50,00	1,00	6,5	6,8	18,3	160,5	№2770	С.В.Маслова
			Молоко	0,08	0,08	75,00	6,00						
			Соль иодиров	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Слив масло	0,003	0,003	600,00	1,80						
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	46,00	2,76	6,42	2,7	26,1	164,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
Обед													
1	Котлеты из куриного филе с кашей пшенной и сметанным соусом	50\30\100	Куриное филе	0,05	0,05	420,00	21,00	12,52	8,48	4,43	144,12	№120548	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,002	0,002	18,00	0,04						
			Лук	0,005	0,005	45,00	0,23						
			Пшено	0,04	0,04	50,00	2,00						
			Масло раст	0,004	0,004	135,00	0,54						
			Томат	0,002	0,002	200,00	0,40						
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37						
			Слив масло	0,004	0,004	600,00	2,40						
Яицо	0,003	0,003	158,33	0,47	19,8	11,34	5,29	201	№179				
2	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	46,00	1,84	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	
Итого за день:							44,54				915,82		

## 2 неделя - четверг

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	<b>Завтрак</b>	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Хлеб с маслом и сыром	50\10\10					0,00	7,53	10,95	7,5	229,6	№2613	С.В.Маслова
			Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30						
			Сыр	0,01	0,01	620,00	6,20						
			Слив масло	0,01	0,01	600,00	6,00						
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	

## Обед

1	Рыба тушенная с соусом и отварными макаронами	70\30\100	Рыба	0,11	0,09	190,00	20,90	7,87	9,38	3,68	129,5	№229	С.В.Маслова					
			Соль иодиров	0,004	0,004	18,00	0,07											
			Раст масло	0,004	0,004	135,00	0,54											
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09											
			Томат	0,003	0,003	200,00	0,60											
			Макаронны	0,05	0,05	38,00	1,90							4	0,9	25,5	120,2	№120535
			Лук	0,005	0,005	45,00	0,23											
			Слив масло	0,005	0,005	600,00	3,00											
			Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20											
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	46,00	2,76	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102						
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75											
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105						
<b>Итого за день:</b>							<b>48,45</b>	<b>23,56</b>	<b>22,75</b>	<b>90,98</b>	<b>725,1</b>							

2 неделя - пятница													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ тех. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша гречневая с молоком	150					0,00	6,3	6	33	210	№2613	С.В.Маслова
			Гречка	0,05	0,05	55,00	2,75						
			Слив масло	0,005	0,005	600,00	3,00						
			Молоко	0,05	0,05	75,00	3,75						
			Соль	0,002	0,09	18,00	0,04						
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
<b>Обед</b>													
1	Котлеты из куриного филе с соусом картофельным пюре	50\50\100	Куриное филе	0,05	0,05	420,00	21,00	9,73	2,7	1,87	70,53	№120549	С.В.Маслова
			Соль иодиров	0,003	0,003	18,00	0,05						
			Раст масло	0,005	0,005	135,00	0,68						
			Мука	0,003	0,003	30,00	0,09						
			Томат	0,003	0,003	200,00	0,60						
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37	3,15	1,2	22,05	112,5	№179	
			Лук	0,005	0,004	45,00	0,23						
			Картофель	0,15	0,15	50,00	7,50						
			Молоко	0,02	0,02	75,00	1,50						
			Слив масло	0,003	0,003	600,00	1,80						
Яицо	0,005	0,004	158,33	0,79									
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75						
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08	0,2	0	14	56	№160105	
<b>Итого за день:</b>							52,40	26,9	12,74	129,92	745,23		

2 неделя - суббота													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Хлеб с маслом и сыром	50\10\10					0,00	7,53	10,95	7,5	229,6	№2613	С.В.Маслова
			Хлеб	0,05	0,05	46,00	2,30						
			Сыр	0,01	0,01	620,00	6,20						
			Слив масло	0,01	0,01	600,00	6,00						
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,4	0,2	21,6	83,4	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						

Обед

1	Биточки из куриного филе с соусом и кашей перловой	50\30\100	Куриное филе	0,05	0,05	420,00	21,00	1,35	38,25	189,15	№120535	С.В.Маслова	
			Хлеб	0,008	0,008	46,00	0,37						
			Раст масло	0,005	0,005	135,00	0,68						
			Соль иодиров	0,004	0,004	18,00	0,07						
			Перловка	0,05	0,05	35,00	1,75						
			Лук	0,005	0,005	45,00	0,23						
			Слив масло	0,005	0,005	600,00	3,00						
			Морковь	0,005	0,005	40,00	0,20						
Яйцо	0,005	0,005	158,33	0,79									
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	46,00	2,76	3,56	1,32	18,7	106,4	№200102	
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	750,00	0,75	0,2	0	14	56	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	72,00	1,08						
Итого за день:						49,69	11,69	13,82	100,05	664,55			

Итого:

268,82

53,76 (средняя цена)

4754 792,3333 (Ккал в день)