

«Утверждаю»
Директор «МБОУ Гимназия №6»
« 08 » августа 2024 год



Примерное двухнедельное меню горячих завтраков, обедов и полдников в осенне-зимний период при пятидневном режиме работы (10 дней) для организации питания детей 1-3 лет в дошкольных учреждениях (сентябрь 2024 год – февраль 2025 год) (СанПиН 2.3/2.4.3590-20) г. Прохладный.

осенне-зимний период 2024-25 г ясли

I неделя понедельник

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
		г		г	г	г	за кг
завтрак							
1	Каша гречневая молочная	150	крупа гречневая	19	19	82	1,56
			молоко	113	113	71	8,02
			масло слив	4	4	507	2,03
			сахар	4	4	87	0,35
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
3	Чай с лимоном	160	чай	0,9	0,9	437	0,39
			лимон	7	6	215	1,51
			сахар	10	10	87	0,87
4	Пряник	20	пряник	20	20	153	3,06
		360					
обед							
1	Суп картофельный с горохом	180	картофель	54	36	55	2,97
			горох	15	13	58	0,87
			лук	9	8	46	0,41
			морковь	9	7	65	0,59
			масло раст	4	4	143	0,57
2	Плов из курицы	180	курица	96	83	290	27,84
			лук	10	9	46	0,46
			морковь	11	9	65	0,72
			томат паста	2	2	145	0,29
			рис	40	40	115	4,60
			масло раст	6	6	143	0,86
3	Салат из свеклы	50	свекла	60	47	53	3,18
			масло раст	3	3	143	0,43
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
5	Хлеб ржаной	30	хлеб	30	30	52	1,56
6	Компот из сухофруктов	160	сухофрукты	12	12	150	1,80
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		630					
полдник							
1	Пирожок с яблоком	90	мука пшеничная	47	47	41	1,93
			сахар	9	9	87	0,78
			дрожжи	0,4	0,4	330	0,13
			яйцо	0,1	0,1	13,50	1,35
			яблоки свежие	53	42	110	5,83
			масло раст	3	3	143	0,43
2	Кефир с сахаром	160	кефир	160	160	68	10,88
			сахар	9	9	87	0,78
			соль йод. на день	2	2	26	0,05
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		250					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							90,86

I неделя вторник

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
		г		г	г	г	за кг
завтрак							
1	Каша овсяная молочная	150	хлопья геркулес	19	19	80	1,52
			молоко	115	115	71	8,17
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	4	4	507	2,03

I неделя среда

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма рубли
				г	г		
завтрак							
1	Суп молочный с кукурузной крупой	150	молоко	105	105	71	7,46
			крупя кукурузная	12	12	56	0,67
			сахар	3	3	87	0,26
			масло слив	3	3	507	1,52
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
3	Чай с лимоном	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			лимон	6	5	215	1,29
			сахар	10	10	87	0,87
4	Пряник	20	пряник	20	20	153	3,06
		360					
обед							
1	Суп картофельный с клецками	180	картофель	62	41	55	3,41
			масло слив	1	1	507	0,51
			морковь	9	7	65	0,59
			лук	9	8	46	0,41
	клецки		масло раст	1	1	143	0,14
			мука пшеничная	11	11	41	0,45
			яйцо	0,14	0,14	13,50	1,89
2	Курица, тушенная в соусе с овощами	180	курица	95	82	290	27,55
			картофель	103	77	55	5,67
			морковь	39	31	65	2,54
			лук	21	18	46	0,97
			горошек зеленый	8	6	123	0,98
			сметана	7	7	195	1,37
			мука пшеничная	3	3	41	0,12
			томат-паста	4	4	145	0,58
3	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
4	Хлеб ржаной	25	хлеб	25	25	52	1,30
5	Компот из сухофруктов	160	сухофрукты	11	11	150	1,65
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		575					
полдник							
1	Запеканка творожная со сгущенным молоком	70/10	творог	65	65	217	14,11
			крупя манная	7	7	63	0,44
			сахар	7	7	87	0,61
			яйцо	0,07	0,07	13,50	0,95
			масло слив	2	2	507	1,01
			хлеб зам. сух.	3	3	48	0,14
			сметана	2	2	195	0,39
			молоко сгущенное	10	10	253	2,53
2	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	4	4	26	0,10
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		240					
итого за день:							90,86

I неделя четверг

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма рубли
				г	г		
завтрак							
1	Суп молочный с вермишелью	150	вермишель	15	15	46	0,69
			молоко	110	110	71	7,81
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	4	4	507	2,03
2	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
3	Хлеб пшеничный	25	хлеб	25	25	48	1,20
4	Масло сливочное	10	масло слив	10	10	507	5,07
5	Банан свежий	40	банан	44	40	170	7,48
		385					
обед							

1	Суп картофельный с гречкой	180	картофель	82	54	55	4,51
			гречка	7	7	82	0,57
			морковь	9	7	65	0,59
			лук	9	8	46	0,41
			масло раст	3	3	143	0,43
2	Рыба запеченная	60	минтай	89	80	213	18,96
			мука пшеничная	7	7	41	0,29
			масло раст	8	8	143	1,14
3	Пюре картофельное	100	картофель	116	85	55	6,38
			молоко	20	20	71	1,42
			масло слив	4	4	507	2,03
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
5	Хлеб ржаной	20	хлеб	20	20	52	1,04
6	Компот из свежих яблок	160	яблоко	37	34	110	4,07
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		550					
	полдник						
1	Яйцо отварное	40	яйцо	1	40	13,50	13,50
2	Икра кабачковая	40	икра кабачковая	40	40	127	5,08
3	Хлеб пшеничный	20	хлеб	20	20	48	0,96
4	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	3,5	3,5	26	0,09
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		260					
							итого за день:
							90,86

I неделя пятница

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма рубли
				г	г		
завтрак							
1	Каша манная молочная	150	молоко	110	110	71	7,81
			крупа манная	15	15	63	0,95
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	4	4	507	2,03
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
3	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
4	Печенье в ассортименте	20	печенье	20	20	153	3,06
		360					
обед							
1	Суп картофельный с пшеном	180	картофель	77	59	55	4,24
			пшено	7	7	61	0,43
			лук	10	9	46	0,46
			морковь	11	9	65	0,72
			масло раст	4	4	143	0,57
2	Шницель из говядины	60	говядина	46	45	643	29,58
			хлеб	9	9	48	0,43
			хлеб зам. сух.	9	9	48	0,43
			яйцо	0,08	0,08	13,50	1,08
			лук	9	8	46	0,41
			масло раст	4	4	143	0,57
3	Свекла тушенная	100	свекла	112	91	53	5,94
			лук	5	4	46	0,23
			томат-паста	7	7	145	1,02
			морковь	7	5	65	0,46
			масло раст	1	1	143	0,14
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
5	Хлеб ржаной	20	хлеб	20	20	52	1,04
6	Компот из сухофруктов	160	сухофрукты	11	11	150	1,65
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		550					
полдник							
1	Вареники ленивые со сметаной	90	творог	70	69	217	15,19
			мука пшеничная	9	9	41	0,37
			сахар	5	5	87	0,44
			яйца	0,11	0,11	13,50	1,49
			масло слив	3	3	507	1,52
		10	сметана	10	10	195	1,95
2	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,9	0,9	437	0,39
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	3,5	3,5	26	0,09
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		260					
итого за день:							90,86

II неделя понедельник

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма рубли
				г	г		
завтрак							
1	Макароны отварные с тертым сыром	150	макароны	43	43	45	1,94
			сыр	12	12	535	6,42
			масло слив	8	8	507	4,06
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
3	Чай с лимоном	160	чай	0,8	0,8	437	0,35
			лимон	6	5	215	1,29
			сахар	11	11	87	0,96
4	Банан свежий	40	банан	44	40	170	7,48
		380					
обед							
1	Суп картофельный с рисом	180	картофель	82	54	55	4,51
			рис	7	7	115	0,81
			морковь	9	7	65	0,59

II неделя вторник

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
завтрак							
1	Каша молочная с пшеном	150	молоко	80	80	71	5,68
			пшено	18	18	61	1,10
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	4	4	507	2,03
2	Хлеб пшеничный	25	хлеб	25	25	48	1,20
3	Сыр твердый	10	сыр	10	10	535	5,35
4	Какао с молоком	160	какао	1	1	390	0,39
			молоко	80	80	71	5,68
			сахар	9	9	87	0,78
5	Печенье в ассортименте	20	печенье	20	20	153	3,06
		365					
обед							
1	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	180/10	картофель	76	59	55	4,18
			крупа перловая	8	8	48	0,38
			морковь	9	7	65	0,59
			лук	9	8	46	0,41
			огурцы соленые	16	13	75	1,20
			масло раст	4	4	143	0,57
			сметана	10	10	195	1,95
2	Гуляш из говядины	55	говядина	44	43	643	28,29
			морковь	10	8	65	0,65
			лук	6	4	46	0,28
			томат-паста	2	2	145	0,29
			масло слив	2	2	507	1,01
			мука пшеничная	2	2	41	0,08
3	Каша гречневая гарнир	100	крупа гречневая	31	31	82	2,54
			масло слив	5	5	507	2,54
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
5	Хлеб ржаной	20	хлеб	20	20	52	1,04
6	Компот из сухофруктов	160	сухофрукты	11	11	150	1,65
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		555					
полдник							
1	Картофель тушеный	90	картофель	107	81	55	5,89
			морковь	11	9	65	0,72
			лук	11	10	46	0,51
			томат-паста	2	2	145	0,29
			масло слив	5	5	507	2,54
2	Огурец соленый	40	огурец соленый	41	40	75	3,08
3	Хлеб пшеничный	20	хлеб	20	20	48	0,96
4	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	3	3	26	0,08
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		310					
итого за день:							90,86

II неделя среда

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
завтрак							
1	Каша пшеничная молочная	150	крупа пшеничная	23	23	59	1,36
			молоко	75	75	71	5,33
			масло слив	4	4	507	2,03
			сахар	4	4	87	0,35
2	Сыр твердый	5	сыр твердый	5	5	535	2,68
3	Масло сливочное	8	масло слив	8	8	507	4,06
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
5	Чай с лимоном	160	чай сухой	0,7	0,7	437	0,31
			лимон	6	5	215	1,29
			сахар	10	10	87	0,87
6	Яблоко свежее	45	яблоко	50	45	110	5,50

		398					
	обед						
1	Борщ из свежей капусты с картофелем и со сметаной	180/10	свекла	36	29	53	1,91
			капуста	21	16	47	0,99
			картофель	30	17	55	1,65
			морковь	10	8	65	0,65
			лук	9	8	46	0,41
			томат-паста	2	2	145	0,29
			масло раст	4	4	143	0,57
			сметана	10	10	195	1,95
2	Курица запеченная с соусом	60/50	куры	90	70	290	26,10
			сметана	4	4	195	0,78
			сметана	11	11	195	2,15
			мука пшеничная	4	4	41	0,16
			томат-паста	5	5	145	0,73
3	Рис отварной	100	рис	36	36	115	4,14
			масло слив	5	5	507	2,54
4	Салат из зеленого горошка	30	горошек зеленый	42	29	123	5,17
			масло раст	2	2	143	0,29
			лук	3	2	46	0,14
5	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
6	Хлеб ржаной	20	хлеб	20	20	52	1,04
7	Компот из сухофруктов	160	сухофрукты	10	10	150	1,50
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		640					
	полдник						
1	Булочка с изюмом	110	мука пшеничная	63	63	41	2,58
			сахар	4	4	87	0,35
			изюм	6	6	300	1,80
			яйцо	0,22	0,22	13,50	2,97
			дрожжи сухие	0,7	0,7	330	0,23
			масло слив	2	2	507	1,01
2	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,7	0,7	437	0,31
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	3	3	26	0,08
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		270					
						Итого за день:	
							90,86

II неделя четверг

№ п/п		масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
завтрак							
1	Каша молочная "Дружба"	150	молоко	113	113	71	8,02
			пшено	8	8	61	0,49
			рис	8	8	115	0,92
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	4	4	507	2,03
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
3	Масло сливочное	10	масло слив	10	10	507	5,07
4	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
5	Банан свежий	55	банан	60	55	170	10,20
		405					
обед							
1	Свекольник со сметаной	180/10	свекла	61	49	53	3,23
			картофель	46	32	55	2,53
			морковь	10	8	65	0,65
			лук	9	8	46	0,41
			масло раст	4	4	143	0,57
			томат паста	2	2	145	0,29
			сахар	1	1	87	0,09
			сметана	10	10	195	1,95
2	Котлеты рыбные "Любительские"	60	минтай	83	67	213	17,68
			морковь	20	17	65	1,30
			хлеб пшеничный	5	5	48	0,24
			лук	8	6	46	0,37
			яйцо	0,16	0,16	13,50	2,16
			молоко	7	7	71	0,50
			масло слив	2	2	507	1,01
3	Картофель по-деревенски	100	картофель	193	145	55	10,62
			масло раст	3	3	143	0,43
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
5	Хлеб ржаной	20	хлеб	20	20	52	1,04
6	Компот из сухофруктов	160	сухофрукты	12	12	150	1,80
			сахар	11	11	87	0,96
			витамин С	0,0005	0,0005		
		560					
полдник							
1	Булочка сдобная	100	мука пшеничная	55	55	41	2,26
			дрожжи сухие	0,5	0,5	330	0,17
			сахар	14	14	87	1,22
			масло слив	8	8	507	4,06
			яйцо	0,16	0,16	13,50	2,16
			молоко	10	10	71	0,71
2	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	2,5	2,5	26	0,07
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		260					
итого за день:							90,86

II неделя пятница

№ п/п		масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
завтрак							
1	Каша рисовая молочная	150	рис	19	19	115	2,19
			молоко	100	100	71	7,10
			масло слив	4	4	507	2,03
			сахар	4	4	87	0,35
2	Хлеб пшеничный	25	хлеб	25	25	48	1,20
3	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
4	Яблоко свежее	40	яблоко	45	40	110	4,95
		375					
обед							

1	Суп картофельный с вермишелью	180	картофель	78	54	55	4,29
			вермишель	7	7	46	0,32
			морковь	9	7	65	0,59
			лук	9	8	46	0,41
			масло раст	4	4	143	0,57
2	Фрикадельки в соусе	65	говядина	47	47	643	30,22
			хлеб	9	9	48	0,43
			молоко	13	13	71	0,92
			лук	4	3	46,00	0,18
			масло раст	4	4	143	0,57
			сметана	6	6	195	1,17
			мука пшеничная	6	6	41	0,25
		50	мука пшеничная	2	2	41	0,08
			масло слив	2	2	507	1,01
			морковь	5	5	65	0,33
			лук	2	1	46	0,09
			томат-паста	2	2	145	0,29
3	Макароны отварные	100	макароны	33	33	45	1,49
			масло слив	3	3	507	1,52
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
5	Хлеб ржаной	20	хлеб	20	20	52	1,04
6	Компот из сухофруктов	160	сухофрукты	11	11	150	1,65
			сахар	10	10	87	0,87
		605					
	полдник						
1	Омлет натуральный	55	яйцо	1	40	13,50	13,50
			молоко	15	15	71	1,07
			масло слив	3	3	507	1,52
2	Салат из капусты с зеленым горошком	30	капуста	28	22	47	1,32
			горошек зеленый	8	6	123	0,98
			лук	6	5	46	0,28
			морковь	6	5	65	0,39
			масло раст	2	2	143	0,29
3	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
4	Чай с сахаром	160	чай сухой	0,8	0,8	437	0,35
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	3	3	26	0,08
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		275					
						итого за день:	
							90,86

Составил ведущий технолог МКУ "Управление бухгалтерского учета городского округа Прохладный КБР"
Калинина А.Е.