

«Утверждаю»

Директор «МБОУ Гимназия №6»

« 08 » *август* 2024 год

/ *М.О.Н.Киселева* /



**Примерное двухнедельное меню горячих завтраков, обедов и полдников в осенне-зимний период при пятидневном режиме работы (10 дней) для организации питания детей 3-7 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 сады**

**I неделя понедельник**

№ п/п		масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
<b>завтрак</b>							
1	Каша гречневая молочная	180	крупа гречневая	23	23	82	1,89
			молоко	135	135	71	9,59
			масло слив	5	5	507	2,54
			сахар	4	4	87	0,35
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
3	Чай с лимоном	180	чай	1	1	437	0,44
			сахар	11	11	87	0,96
			лимон	7	6	215	1,51
4	Пряник	20	пряник	20	20	153	3,06
		<b>410</b>					
<b>обед</b>							
1	Суп картофельный с горохом	200	картофель	60	40	55	3,30
			горох	15	13	58	0,87
			лук	10	8	46	0,46
			морковь	10	8	65	0,65
			масло раст	4	4	143	0,57
2	Плов из курицы	200	курица	103	89	290	29,87
			лук	11	9	46	0,51
			морковь	12	10	65	0,78
			томат паста	2	2	145	0,29
			рис	43	43	115	4,95
			масло раст	7	7	143	1,00
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	25	хлеб	25	25	52	1,30
6	Компот из сухофруктов	180	сухофрукты	14	14	150	2,10
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		<b>685</b>					
<b>полдник</b>							
1	Пирожок с яблоком	100	мука пшеничная	53	53	41	2,17
			сахар	10	10	87	0,87
			дрожжи	0,5	0,5	330	0,17
			яйцо	0,1	0,1	13,50	1,35
			яблоки свежие	58	46	110	6,38
			масло раст	3	3	143	0,43
2	Кефир с сахаром	180	кефир	180	180	68	12,24
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	4	4	26	0,10
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		<b>280</b>					
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>							<b>98,91</b>

**I неделя вторник**

№ п/п		масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
<b>завтрак</b>							
1	Каша овсяная молочная	200	хлопья геркулес	25	25	80	2,00
			молоко	150	150	71	10,65
			сахар	5	5	87	0,44
			масло слив	5	5	507	2,54
2	Масло сливочное	10	масло слив	10	10	507	5,07



I неделя среда

№ п/п	заказ	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма
				г	г		
<b>завтрак</b>							
1	Суп молочный с кукурузной крупой	200	молоко	140	140	71	9,94
			крупка кукурузная	15	15	56	0,84
			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 лимоном	180	чай сухой	0,9	0,9	437	0,39
			сахар	11	11	87	0,96
			лимон	7	6	215	1,51
4	Пряник	20	пряник	20	20	153	3,06
		<b>430</b>					
<b>обед</b>							
1	Суп картофельный с клецками	200	картофель	69	45	55	3,80
			масло слив	1	1	507	0,51
			морковь	10	8	65	0,65
			лук	10	9	46	0,46
	клецки		масло раст	1	1	143	0,14
			мука пшеничная	12	12	41	0,49
			яйцо	0,16	0,16	13,50	2,16
2	Курица, тушенная в соусе с овощами	200	курица	102	91	290	29,58
			картофель	112	84	55	6,16
			морковь	43	34	65	2,80
			лук	24	20	46	1,10
			горошек зеленый	9	7	123	1,11
			сметана	8	8	195	1,56
			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	180	сухофрукты	13	13	150	1,95
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		<b>635</b>					
<b>полдник</b>							
1	Запеканка творожная со сгущенным молоком	70/10	творог	65	65	217	14,11
			крупка 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	180	чай сухой	1	1	437	0,44
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	5	5	26	0,13
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		<b>260</b>					
<b>Итого за день:</b>							<b>98,91</b>

I неделя четверг

№ п/п	заказ	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма
				г	г		
<b>завтрак</b>							
1	Суп молочный с вермишелью	200	вермишель	19	19	46	0,87
			молоко	150	150	71	10,65
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	5	5	507	2,54
2	Чай с сахаром	180	чай сухой	0,9	0,9	437	0,39
			сахар	10	10	87	0,87
3	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
4	Масло сливочное	8	масло слив	8	8	507	4,06
5	Банан свежий	50	банан	54	50	170	9,18
		<b>468</b>					
<b>обед</b>							

1	Суп картофельный с гречкой	200	картофель	89	60	55	4,90
			гречка	8	8	82	0,66
			морковь	10	8	65	0,65
			лук	10	9	46	0,46
			масло раст	4	4	143	0,57
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	5	5	507	2,54
4	Хлеб пшеничный	35	хлеб	35	35	48	1,68
5	Хлеб ржаной	25	хлеб	25	25	52	1,30
6	Компот из свежих яблок	180	яблоко	41	40	110	4,51
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		600					
	<b>полдник</b>						
1	Яйцо отварное	40	яйцо	1	40	13,50	13,50
2	Икра кабачковая	50	икра кабачковая	50	50	127	6,35
3	Хлеб пшеничный	20	хлеб	20	20	48	0,96
4	Чай с сахаром	180	чай сухой	1	1	437	0,44
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	4,5	4,5	26	0,12
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		290					
<b>Итого за день:</b>							
							<b>98,91</b>

I неделя пятница

№ п/п		масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
<b>завтрак</b>							
1	Каша манная молочная	200	молоко	150	150	71	10,65
			крупа манная	20	20	63	1,26
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	5	5	507	2,54
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
3	Чай с сахаром	180	чай сухой	1	1	437	0,44
			сахар	10	10	87	0,87
4	Печенье в ассортименте	30	печенье	30	30	153	4,59
		<b>440</b>					
<b>обед</b>							
1	Суп картофельный с пшеном	200	картофель	85	65	55	4,68
			пшено	8	8	61	0,49
			лук	11	10	46	0,51
			морковь	11	10	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 тушеная	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	30	хлеб	30	30	52	1,56
6	Компот из сухофруктов	180	сухофрукты	11	11	150	1,65
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		<b>600</b>					
<b>полдник</b>							
1	Вареники ленивые со сметаной	100	творог	77	75	217	16,71
			мука пшеничная	10	10	41	0,41
			сахар	5	5	87	0,44
			яйца	0,12	0,12	13,50	1,62
			масло слив	3	3	507	1,52
		10	сметана	10	10	195	1,95
2	Чай с сахаром	180	чай сухой	1	1	437	0,44
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	2	2	26	0,05
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		<b>290</b>					
<b>итого за день:</b>							<b>98,91</b>

II неделя понедельник

№ п/п		масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
<b>завтрак</b>							
1	Макароны отварные	180	макароны	52	52	45	2,34
	с тертым сыром		сыр	15	15	535	8,03
			масло слив	9	9	507	4,56
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
3	Чай с лимоном	180	чай	0,9	0,9	437	0,39
			лимон	7	6	215	1,51
			сахар	11	11	87	0,96
5	Банан свежий	50	банан	53	50	170	9,01
		<b>440</b>					
<b>обед</b>							
1	Суп картофельный с рисом	200	картофель	89	60	55	4,90
			рис	8	8	115	0,92
			морковь	10	8	65	0,65



II неделя вторник

№ п/п		масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
<b>завтрак</b>							
1	Каша молочная с пшеном	200	молоко	100	100	71	7,10
			пшено	25	25	61	1,53
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	5	5	507	2,54
2	Хлеб пшеничный	25	хлеб	25	25	48	1,20
3	Сыр твердый	10	сыр	10	10	535	5,35
4	Какао с молоком	180	какао	2	2	390	0,78
			молоко	80	80	71	5,68
			сахар	10	10	87	0,87
5	Печенье в ассортименте	20	печенье	20	20	153	3,06
		<b>435</b>					
<b>обед</b>							
1	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/10	картофель	86	65	55	4,73
			крупа перловая	8	8	48	0,38
			морковь	10	8	65	0,65
			лук	10	9	46	0,46
			огурцы соленые	18	13	75	1,35
			масло раст	4	4	143	0,57
			сметана	10	10	195	1,95
2	Гуляш из говядины	65	говядина	50	49	643	32,15
			морковь	13	11	65	0,85
			лук	7	5	46	0,32
			томат-паста	2	2	145	0,29
			масло слив	2	2	507	1,01
			мука пшеничная	3	3	41	0,12
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	180	сухофрукты	12	12	150	1,80
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		<b>605</b>					
<b>полдник</b>							
1	Картофель тушеный	90	картофель	107	81	55	5,89
			морковь	11	9	65	0,72
			лук	12	11	46	0,55
			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	180	чай сухой	1	1	437	0,44
			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
		<b>330</b>					
<b>итого за день:</b>							<b>98,91</b>

II неделя среда

№ п/п		масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
<b>завтрак</b>							
1	Каша пшеничная молочная	200	крупа пшеничная	30	30	59	1,77
			молоко	100	100	71	7,10
			масло слив	5	5	507	2,54
			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	180	чай сухой	0,9	0,9	437	0,39
			лимон	7	6	215	1,51
			сахар	10	10	87	0,87
6	Яблоко свежее	45	яблоко	50	45	110	5,50





II неделя четверг

№ п/п	заказ	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
<b>завтрак</b>							
1	Каша молочная "Дружба"	200	молоко	150	150	71	10,65
			пшено	9	9	61	0,55
			рис	10	10	115	1,15
			сахар	4	4	87	0,35
			масло слив	5	5	507	2,54
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	180	чай сухой	1	1	437	0,44
			сахар	10	10	87	0,87
5	Банан свежий	60	банан	64	60	170	10,88
		480					
<b>обед</b>							
1	Свекольник со сметаной	200/10	свекла	65	52	53	3,45
			картофель	50	35	55	2,75
			морковь	10	8	65	0,65
			лук	10	9	46	0,46
			масло раст	4	4	143	0,57
			томат паста	1	1	145	0,15
			сахар	1	1	87	0,09
			сметана	10	10	195	1,95
2	Котлеты рыбные "Любительские"	70	минтай	98	78	213	20,87
			морковь	26	23	65	1,69
			хлеб пшеничный	5	5	48	0,24
			лук	7	6	46	0,32
			яйцо	0,18	0,18	13,50	2,43
			молоко	8	8	71	0,57
			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	180	сухофрукты	13	13	150	1,95
			сахар	10	10	87	0,87
			витамин С	0,0005	0,0005		
		610					
<b>полдник</b>							
1	Булочка сдобная	90	мука пшеничная	44	44	41	1,80
			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	180	чай сухой	0,9	0,9	437	0,39
			сахар	10	10	87	0,87
			соль йод. на день	2	2	26	0,05
			лавровый лист	0,02	0,02	630	0,01
		270					
<b>итого за день:</b>							<b>98,91</b>

II неделя пятница

№ п/п	заказ	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма
				г	г	за кг	рубли
<b>завтрак</b>							
1	Каша рисовая молочная	200	рис	23	23	115	2,65
			молоко	125	125	71	8,88
			масло слив	5	5	507	2,54
			сахар	4	4	87	0,35
2	Хлеб пшеничный	25	хлеб	25	25	48	1,20
3	Чай с сахаром	180	чай сухой	0,9	0,9	437	0,39
			сахар	10	10	87	0,87
4	Яблоко свежее	55	яблоко	58	55	110	6,38
		460					
<b>обед</b>							

1	Суп картофельный с вермишелью	200	картофель	83	60	55	4,57
			вермишель	8	8	46	0,37
			морковь	10	8	65	0,65
			лук	10	8	46	0,46
			масло раст	4	4	143	0,57
2	Фрикадельки в соусе	70	говядина	49	49	643	31,51
			хлеб	10	10	48	0,48
			молоко	14	14	71	0,99
			лук	4	3	46	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	180	сухофрукты	12	12	150	1,80
			сахар	10	10	87	0,87
		650					
	<b>полдник</b>						
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	50	капуста	41	33	47	1,93
			горошек зеленый	13	9	123	1,60
			лук	10	9	46	0,46
			морковь	10	8	65	0,65
			масло раст	3	3	143	0,43
3	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	48	1,44
4	Чай с сахаром	180	чай сухой	0,9	0,9	437	0,39
			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
		315					
<b>итого за день:</b>							<b>98,91</b>

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