

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №8
имени И.В. Орехова


Е.Л. Константинова
2025 год

ПРИМЕРНОЕ

**10 - дневное меню пришкольных оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием детей " Степняночка"
при МБОУ СОШ №8 имени И.В.Орехова на 2025 год
(возрастная категория: 11 лет и старше)**

1 ДЕНЬ (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

№ раск- ладки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическа я ценность	Витамин С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
3	Бутерброд с сыром		30/10/15.							
	Сыр "Российский"	16	15	650	10,40					
	Масло сливочное	10	10	500	5,00					
	Хлеб пшеничный	30	30	90	2,70					
Цена одной порции					18,10	6,20	9,30	14,20	165,00	0,00
181	Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным с сахаром		200/10/10							
	Крупа манная	31	31	65,00	2,02					
	Молоко 2,5%	100	100	100,00	10,00					
	Вода	75	75	0,00	0,00					
	Сахар	6	6	80,00	0,48					
	Масло сливочное	10	10	500,00	5,00					
	Сахар	10	10	80	0,8					
Цена одной порции					17,50	6,10	11,30	33,50	260,00	1,06
376	Чай с лимоном		200/7							
	Чай в/с	1	1	850,00	0,85					
	Лимон	8	7	120,00	1,20					
	Сахар	15	15	80,00	1,20					
	Вода	110	100	0,00	0,00					
Цена одной порции					3,25	3,76	3,20	26,74	150,80	0
338	Фрукты свежие (Яблоко, Банан)	200	200	150,00	18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
Цена одной порции					18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					38,85	16,06	23,80	74,44	575,80	1,06
ОБЕД										
102	Суп картофельный с бобовыми		250							
	Картофель свежий	83	50	60,00	4,98					
	Горох лущеный	20,25	20	80,00	1,62					
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60					
	Морковь	12,5	12,5	75,00	0,94					
	Масло растительное	5	5	138,00	0,69					
Цена одной порции					8,83	5,07	5,30	23,85	163,75	1,54
75/1	Котлета рубленая из птицы		100/5							
	Курица	152,5	74	280,00	42,70					
	Хлеб пшеничный	19	19	90,00	1,71					
	Сухари панировочные	10	10	112,00	1,12					
	Масло растительное	5	3	138,00	0,69					
	Масло сливочное	5	5	500,00	2,50					
Цена одной порции					46,22	10,80	17,30	10,00	240,90	0,17
302	Каша гречневая рассыпчатая		200							
	Крупа гречневая	95	95	65	6,18					
	Масло сливочное	7	7	500	3,50					
Цена одной порции					9,68	4,19	6,69	24,74	174,10	0,68
389	Сок фруктовый (Яблочный, Мультифрукт, Вишневый)	200	200	30,00	6,00	1,00	0,00	24,40	101,60	16,00
11-2	Хлеб пшеничный	81	81	90,00	7,29	7,20	1,20	37,80	190,80	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					78,01	37,51	31,99	172,59	1130,65	36,89
СТОИМОСТЬ ДНЯ					116,86	53,57	55,79	247,03	1706,45	58,25

ДЕНЬ 2 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

№ раск- ладки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергети- ческая ценность	Витамин С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
588	Омлет натуральный с маслом сливочным			200/5						
	Яйцо	3 шт.	120	10,00	11,90					
	Молоко	45	45	88,00	3,96					
	Масло сливочное	5	5	540,00	2,70					
	Масло сливочное на полив	5	5	540,00	2,70					
	Цена одной порции				17,30	12,80	13,10	76,30	474,00	10,56
22	Зеленый горошек отварной с маслом			32						
	Зеленый горошек конс.	43	30	60,00	2,58					
	Масло сливочное	2	2	540,00	1,08					
	Цена одной порции				3,66	10,02	8,38	54,30	332,80	0,00
11-2	Хлеб пшеничный	50	50	45,50	2,28	2,40	0,45	12,60	63,60	0,00
379	Кофейный напиток			200						
	Кофейный напиток	5	5	500,00	2,50					
	Молоко 2,5%	100	100	88,00	8,80					
	Вода	120	120	0,00	0,00					0,00
	Сахар	20	20	90,00	1,80					0,00
	Цена одной порции				8,80	0,10	0,00	15	60,00	0,00
338	Фрукты свежие (Яблоко, Банан) 200		200	120,00	18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
	Цена одной порции				18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					41,24	13,02	8,83	25,2	534,4	0
ОБЕД										
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной			250/10						
	Капуста свежая	25	20	80,00	2,00					
	Свекла	50	40	75,00	0,94					
	Морковь	12,5	10	75,00	0,94					
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60					
	Томатное пюре	7,5	7,5	290,00	2,18					
	Масло растительное	5	5	138,00	0,69					
	Картофель	33,00	20	60,00	1,98					
	Сахар	2,5	2,5	90,00	0,23					
	Сметана не более 15% жирности	10	10	280,00	2,80					
	Цена одной порции				212,59	1,82	4,90	15,20	112,25	2,68
893/2	Плов из птицы			100/200						
	Курица потрошенная охлажден	165	145	220,00	36,30					
	Томат пюре	10	10	290,00	2,90					
	Масло растительное	15	15	138,00	2,07					
	Лук репчатый	18	15	50,00	0,90					
	Крупа рисовая	70	70	74,00	5,18					
	Морковь	19	15	75,00	1,43					
	Цена одной порции				46,68	29,80	38,00	48,20	654,00	6,90
349	Компот из смеси сухофруктов			200						
	Сухофрукты	20	20	120,00	2,40					
	Кислота лимонная	0,2	0,2	360,00	0,07					
	Вода	200	200	0,00	0,00					
	Сахар	20	20	90	1,80					
	Цена одной порции				8,47	0,40	0,00	109,30	438,00	0,60
11-2	Хлеб пшеничный	100	100	90,00	9,00	6,38	1,06	33,51	169,17	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					276,74	22,39	22,10	89,56	393,75	31,33
СТОИМОСТЬ ДНЯ					317,97	35,41	30,93	104,56	928,15	31,33

ДЕНЬ 3 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

№ раск- ладки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
173	Каша вязкая молочная пшенная с маслом сливочным и сахаром	200/10/10								
	Крупа пшенная	50	50	65,00	3,25					
	Вода	60	60	0,00	0,00					
	Молоко	100	100	88,00	8,80					
	Сахар	16	16	90,00	1,44					
	Масло сливочное	10	10	540,00	5,40					
Цена одной порции					18,89	6,01	14,29	42,77	314,19	1,10
376	Чай с лимоном	200/7								
	Чай в/с	1	1	600,00	0,60					
	Сахар	15	15	90,00	1,35					
	Вода	110	100	0,00	0,00					
	Лимон	8	8	150,00	1,20					
Цена одной порции					3,15	3,20	2,40	25,50	136,40	0,00
1	Бутерброд с маслом сливочным	1/30/10								
	Масло сливочное	10	10	540,00	5,40					
	Хлеб пшеничный	30	30	45,50	1,37					
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					46,81	13,51	22,90	68,27	756,59	1,10
ОБЕД										
101	Суп картофельный с рисом	250								
	Картофель	125	75	60,00	7,50					
	Крупа рисовая	5	5	74,00	0,37					
	Морковь	12,5	10	75,00	0,94					
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60					
	Масло растительное	2,5	2,5	138,00	0,35					
Цена одной порции					9,75	2,00	2,73	20,90	116,00	2,05
260	Гуляш говяжий	100/50								
	Говядина I категории (бескостная)	158	158	580,00	91,64					
	Масло растительное	10	10	138,00	1,38					
	Лук репчатый	24	20	25,00	0,60					
	Томат пюре	16	16	290,00	4,64					
	Мука пшеничная	4	4	55,00	0,22					
Цена одной порции					98,48					
312	Картофельное пюре	200								
	Картофель с 01.09. по 31.10.	228	171	60,00	13,68					
	с 31.10 по 31.12. 30%	244	171	60,00	14,64					
	с 31.12. по 28.02 35%	263	171	60,00	15,64					
	с 29.02 по 01.09. 40%	285	171	60,00	16,68					
	или молодой	211	171	60,00	14,68					
	Молоко	32	30	100,00	11,09					
	Масло сливочное	7	7	540,00	3,78					
Цена одной порции					90,19	3,15	5,1	21,75	145,5	3,13
389	Сок фруктовый (Яблочный, Мультифрукт, Вишневый)	200	200	26,00	5,20	1,00	0,00	24,40	101,60	16,00
11-2	Хлеб пшеничный	100	100	90,00	9,00	6,38	1,06	33,51	169,17	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					202,87	22,39	22,10	89,56	393,75	31,33
СТОИМОСТЬ ДНЯ					249,68	35,90	45,00	157,83	1150,34	32,43

ДЕНЬ 4 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

ДЕНЬ 4 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)										
№ п/п	Наименование продуктов	Вес: брутто	Вес: нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
620	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/80								
	Творог п/жирн. не более 9 %	183	182	220,00	40,26					
	Мука пшеничная	16	16	80,00	1,28					
	Яйца	1\10	4	100,00	15,00					
	Масло сливочное	7	7	500,00	3,50					
	Сметана	5	5	280,00	1,40					
	Сухари	7	7	80,00	0,56					
	Сахар	13	13	80,00	1,04					
	Молоко сгущеное	80	80	180,00	14,40					
Цена одной порции					77,44	19,20	15,32	13,12	263,00	0
379	Кофейный напиток	200								
	Кофейный напиток	5	5	500,00	2,50					
	Молоко 2,5%	100	100	88,00	8,80					
	Вода	120	120	0,00	0,00					
	Сахар	20	20	90,00	1,80					
Цена одной порции					4,30	0,10	0,00	15	60,00	0,00
11-2	Хлеб пшеничный	50	50	45,50	2,28	2,40	0,45	12,60	63,60	0,00
338	Фрукты свежие (Яблоко, Банан)	200	200	120,00	18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
Цена одной порции					18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					97,12	26,38	18,38	59,53	504,97	0,00
ОБЕД										
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	250								
	Картофель	125	75	60,00	7,50					
	Макаронные изделия	10	10	47,00	0,47					
	Морковь	12,5	10	75,00	0,94					
	Бульон или вода	175	175	0,00	0,00					
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60					
	Масло растительное	2,5	2,5	138,00	0,35					
Цена одной порции					9,85	2,00	2,73	20,90	116,00	2,05
5173	Рыба тушеная с овощами	100/50								
	Рыба с/м минтай	130	124	190,00	24,70					
	Морковь	45	36	75,00	3,38					
	Лук репчатый	16	13	50,00	0,80					
	Томат-пюре	20	20	290,00	1,05					
	Масло растительное	11	11	138,00	1,52					
	Сахар	3	3	90,00	0,27					
					31,71					
Цена одной порции					31,71	12,80	13,10	76,30	474,00	10,56
310	Картофель отварной	200								
	Картофель	268	214	60	16,08					
	Масло сливочное	7	7	540	3,78					
Цена одной порции					5,95	4,18	6,69	24,74	174,10	0,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200								
	Сухофрукты	20	20	120,00	2,40					
	Кислота лимонная	0,2	0,2	360,00	0,07					
	Вода	200	200	0,00	0,00					
	Сахар	20	20	90	1,80					
Цена одной порции					4,27	0,40	5,26	28,40	115,20	0,60
11-2	Хлеб пшеничный	100	100	90,00	9,00	6,38	1,06	33,51	169,17	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					21,95	35,66	34,24	209,35	1238,67	12,61
СТОИМОСТЬ ДНЯ					119,07	62,04	52,62	268,88	1743,64	12,61

ДЕНЬ 5 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

№ раск- ладки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергети- ческая ценность	Витамин С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
3	Бутерброд с сыром		30/10/15.							
	Сыр "Российский	16	15	580	9,28					
	Масло слив.	10	10	540	5,40					
	Хлеб пшеничный	30	30	45,5	1,37					
Цена одной порции					16,05	6,20	9,30	14,20	165,00	0,00
173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом с сахаром		200/10/10	402,00	0,00					
	Крупа пшеничная	50	50	65,00	3,25					
	Молоко	100	100	88,00	8,80					
	Вода	60	60	0,00	0,00					
	Сахар	6	6	90,00	0,54					
	Масло сливочное	10	10	540,00	5,40					
	Сахар	10	10	90,00	0,90					
Цена одной порции					50,98	12,70	7,80	36,60	267,00	3,23
376	Чай с лимоном		200/7							
	Чай в/с	1	1	600,00	0,60					
	Сахар	15	15	90,00	1,35					
	Вода	110	100	0,00	0,00					
	Лимон	8	8	150,00	1,20					
338	Фрукты свежие (Яблоко, Банан)	200	200	120,00	18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
Цена одной порции					18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
Цена одной порции					57,82	3,20	2,40	25,50	136,40	0,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					50,98	20,26	17,15	103,89	656,80	3,23
ОБЕД										
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной		250/10							
	Свекла столовая	50	40	75,00	3,75					
	Капуста свежая	25	20	80,00	2,00					
	Морковь	12,5	10	75,00	0,94					
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60					
	Томатное пюре	7,5	7,5	290,00	2,18					
	Масло растительное	5	5	138,00	0,69					
	Картофель	33,00	20	60,00	1,98					
	Сахар	2,5	2,5	90,00	0,23					
	Сметана не более 15% жирности	10	10	280,00	2,80					
Цена одной порции					15,16	1,82	4,90	15,20	112,25	2,55
268	Котлета говяжья с маслом сливочным		100/5							
	Говядина I категории	100	74	710,00	71,00					
	Хлеб пшеничный	18	18	50,00	0,92					
	Сухари панировочные	10	10	112,00	1,12					
	Вода	24	24	0,00	0,00					
	Масло растительное	12	12	138,00	1,66					
	Масло сливочное	5	5	540,00	2,70					
	Масло растительное	4	4	138,00	0,55					
Цена одной порции					64,30	10,80	17,30	10,00	240,90	0,00
309	Макароны отварные		200							
	Макароны	70	70	40,00	2,80					
	Масло сливочное	7	7	200,00	1,40					
Цена одной порции					3,85	5,36	4,89	28,86	181,20	3,20
349	Компот из смеси сухофруктов		200							
	Сухофрукты	20	20	120,00	2,40					
	Кислота лимонная	0,2	0,2	360,00	0,07					
	Вода	200	200	0,00	0,00					
	Сахар	20	20	90	1,80					
Цена одной порции					4,20	0,10	0,00	15	60,00	0,00
11-2	Хлеб пшеничный	82	82	90,00	7,38	7,20	1,20	37,80	190,80	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					17,44	5,52	5,50	36,30	219,15	10,05
СТОИМОСТЬ ДНЯ					147,67	25,78	22,65	140,19	875,95	13,28

ДЕНЬ 6 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

№ раск- лажки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетичес- кая ценность	Витамин С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
883	Птица отварная с маслом сливочным	100/5								
	Курица охлажденная	156	139	220,00	34,32					
	Лук репчатый	4	3	50,00	0,20					
	Масло сливочное	5	5	540,00	2,70					
Цена одной порции					37,22	10,80	17,30	10,00	240,90	0,17
302	Каша гречневая рассыпчатая	200								
	Крупа гречневая	95	95	130	12,35					
	Масло сливочное	7	7	540	3,78					
Цена одной порции					8,41	10,02	8,38	54,30	332,80	0,00
376	Чай с лимоном	200/7								
	Чай в/с	1	1	600,00	0,57					
	Лимон	8	7	120,00	1,20					
	Сахар	15	15	90,00	1,35					
Цена одной порции					1,92	0,10	18,27	15,00	60,00	0,00
11-2	Хлеб пшеничный	50	50	45,50	2,28	7,20	1,20	37,80	190,80	0,00
338	Фрукты свежие (Яблоко, Банан)	200	200	120,00	18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
Цена одной порции					18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					117,47	27,76	6,69	121,46	615,60	0,17
ОБЕД										
88	Шн из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10								
	Капуста белокачанная	62,5	50	80,00	5,00					
	Картофель	50	30	60,00	3,00					
	Морковь	16	12,5	75,00	1,20					
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60					
	Томат пюре	5	5	290,00	1,45					
	Масло растительное	5	5	138,00	0,69					
	Сметана (жирность не более 15%)	10	10	280,00	2,80					
Цена одной порции					14,74	1,70	4,90	8,40	84,50	3,58
820	Жаркое по -домашнему	50/250								
	Картофель	267	200	60,00	16,02					
	Говядина	107	79	700,00	74,90					
	Лук репчатый	24	20	50,00	1,20					
	Томат пюре	12	12	290,00	3,48					
	Масло сливочное	10	10	540,00	5,40					
	Томатное пюре	5	5	290,00	1,45					
Цена одной порции					102,45	29,80	38,00	48,20	654,00	6,90
349	Компот из смеси сухофруктов	200								
	Сухофрукты	20	20	120,00	2,40					
	Кислота лимонная	0,2	0,2	360,00	0,07					
	Вода	200	200	0,00	0,00					
	Сахар	20	20	90	1,80					
Цена одной порции					4,27	0,40	38,00	109,30	438,00	0,60
11-2	Хлеб пшеничный	100	100	90,00	9,00	6,38	1,06	33,51	169,17	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					130,46	43,38	86,56	199,71	1408,67	11,33
СТОИМОСТЬ ДНЯ					247,93	71,14	93,25	321,17	2024,27	11,50

ДЕНЬ 7 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

№ раск- етки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
204	Макароны отварные с сыром	250								
	Макароны	70	70	47,00	3,29					
	Масло сливочное	10	10	300,00	3,00					
	Сыр	44	44	540,00	23,76					
Цена одной порции					30,05	9,20	12,40	55,40	370,00	0,00
389	Сок фруктовый (Яблочный, Мультифрукт, Вишневый)	200	200	26,00	26,00	1,00	0,00	24,40	101,60	16,00
Цена одной порции					26,00	1,00	0,00	24,40	101,60	16,00
11-2	Хлеб пшеничный	50	50	45,50	2,28	3,98	0,66	20,91	105,57	0,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					58,33	3,76	3,20	26,74	150,80	1,10
ОБЕД										
102	Суп картофельный с бобовыми	250								
	Картофель	83	50	60,00	4,98					
	Горох лущеный	20,25	20	80,00	1,62					
	Морковь	12,5	10	75,00	0,94					
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60					
	Петрушка корень (морковь)	3	2,5		0,00					
	Масло растительное	5	5	138,00	0,69					
Цена одной порции					8,83	1,70	4,90	8,40	84,50	3,58
5173	Рыба тушеная с овощами	100/50								
	Рыба с/м минтай	130	124	190,00	24,70					
	Морковь	45	36	75,00	3,38					
	Лук репчатый	16	13	50,00	0,80					
	Томат-пюре	20	20	290,00	1,05					
	Масло растительное	11	11	138,00	1,52					
	Сахар	3	3	90,00	0,27					
Цена одной порции					31,71	10,80	17,30	10,00	240,90	0
312	Картофельное пюре	200								
	Картофель с 01.09. по 31.10. 25%	228	171	60,00	13,68					
	с 31.10 по 31.12. 30%	244	171	60,00	14,64					
	с 31.12. по 28.02 35%	263	171	60,00	15,64					
	с 29.02 по 01.09. 40%	285	171	60,00	16,68					
	или молодой	211	171	60,00	14,68					
	Молоко	32	30	88,00	2,82					
	Масло сливочное	7	7	540,00	3,78					
Цена одной порции					116,47	3,15	5,1	21,75	145,5	3,13
349	Компот из смеси сухофруктов	200								
	Сухофрукты	20	20	120,00	2,40					
	Кислота лимонная	0,2	0,2	360,00	0,07					
	Вода	200	200	0,00	0,00					
	Сахар	20	20	90	1,80					
Цена одной порции					4,20	0,10	0,00	15	60,00	0,00
11-2	Хлеб пшеничный	100	100	90,00	9,00	6,38	1,06	33,51	169,17	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					200,99	37,60	26,54	152,81	1064,67	7,50
СТОИМОСТЬ ДНЯ					275,42	44,78	55,35	206,75	1373,00	13,28

ДЕНЬ 8 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

№ раск- ладки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическа я ценность	Витамин С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
120	Суп молочный с макаронными изделиями	250								
	Макаронные изделия	20	20	50,00	1,00					
	Молоко 2,5%	125	125	88,00	11,00					
	Сахар	1,5	1,5	90,00	0,14					
	Вода	105	105	0,00	0,00					
	Масло сливочное	2	2	540,00	1,08					
Цена одной порции					12,14	9,20	12,40	45,10	329,00	0,1
3	Бутерброд с сыром	30/10/15.								
	Сыр "Российский"	16	15	580	9,28					
	Масло сливочное	10	10	540	5,40					
	Хлеб пшеничный	30	30	45,5	1,37					
Цена одной порции					16,05	6,20	9,30	14,20	165,00	0,00
376	Чай с сахаром	200								
	Чай в/с	1	1	600,00	0,60					
	Вода	110	100	0,00	0,00					
	Сахар	15	15	90,00	1,35					
Цена одной порции					1,95	0,10	0,00	15,00	60,00	
338	Фрукты свежие (яблоко, банан)	200	200	120,00	18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
Цена одной порции					18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					48,13	10,10	12,40	85,30	493,00	26,10
ОБЕД										
108	Суп картофельный с клецками	250								
	Картофель	83	50	75,00	6,23					
	Морковь	12,5	10	60,00	0,75					
	Лук репчатый	12	10	75,00	0,90					
	Мука пшеничная	20	20	50,00	1,00					
	Масло сливочное	2	2	290,00	0,58					
	Масло растительное	2	2	138,00	0,28					
	Бульон на воде	187,50	187,5	60,00	11,25					
	Вода или молоко	32	32	85,00	2,72					
	Яйцо	1/8	5	7,50	341,29					
Цена одной порции					364,99	1,82	4,90	15,20	112,25	4,29
268	Шницель из говядины с маслом	100/5								
	Говядина I категории	100	74	750,00	75,00					
	Масло растительное	6	6	138,00	0,83					
	Хлеб пшеничный	18	18	45,00						
	Сухари панировочные	10	10	60,00	0,60					
	Масло сливочное	5	5	540,00	2,70					
Цена одной порции					79,13	15,40	6,40	3,70	134,00	0,24
739	Капуста тушеная	200								
	Капуста свежая	283	228	60	16,98					
	Масло растительное	8	8	138	1,10					
	Морковь	6	5	75	0,45					
	Лук репчатый	10	8	50	0,50					
	Лавровый лист	0,016	300		0,02					
	Томатное пюре	12	12	290,00	3,48					
	Мука пшеничная	2	2	55,00	0,11					
	Сахар	6	6	90,00	0,54					
Цена одной порции					23,18	5,36	4,89	28,86	181,20	3,20
349	Компот из смеси сухофруктов	200								
	Сухофрукты	20	20	120,00	2,40					
	Кислота лимонная	0,2	0,2	360,00	0,07					
	Сахар	20	20	90	1,80					
Цена одной порции					4,27	0,40	0,00	28,40	115,20	0,60
11-2	Хлеб пшеничный	82	82	90,00	7,38	7,20	1,20	37,80	190,80	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					91,32	23,60	7,60	88,80	518,00	15,84
СТОИМОСТЬ ДНЯ					139,45	33,70	20,00	174,10	1011,00	41,94

ДЕНЬ 9 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

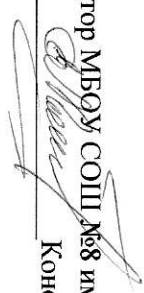
№ раск- ладки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетиче- ская ценность
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ЗАВТРАК									
620	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/80							
	Творог п/жирн. не более 9 %	183	182	220,00	40,26				
	Мука пшеничная	16	16	80,00	1,28				
	Яйца	1\10	4	100,00	15,00				
	Масло сливочное	7	7	500,00	3,50				
	Молоко сгущеное	80	80	180,00	14,40				
Цена одной порции					77,44	19,20	15,32	13,12	263,00
376	Чай с лимоном	200/7							
	Чай в/с	1	1	600,00	0,60				
	Сахар	15	15	92,00	1,38				
	Вода	110	100	0,00	0,00				
	Лимон	8	7	150,00	1,20				
Цена одной порции					3,18	3,76	3,20	26,74	150,80
11-2	Хлеб пшеничный	50	50	45,50	2,28	2,40	0,45	12,60	63,60
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					11,31	8,46	10,45	54,74	346,40
ОБЕД									
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10							
	Капуста белокачанная	62,5	50	80,00	5,00				
	Картофель	50	30	60,00	3,00				
	Морковь	16	12,5	75,00	1,20				
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60				
	Томат пюре	5	5	290,00	1,45				
	Масло растительное	5	5	138,00	0,69				
	Сметана (жирность не более 15%)	10	10	280,00	2,80				
Цена одной порции					14,74	1,70	4,90	8,40	84,50
268	Котлета говяжья с маслом сливочным	100/5							
	Говядина I категории	100	74	580,00	17,64				
	Хлеб пшеничный I с.	18	18	45,50	1,53				
	Сухари панировочные	10	10	112,00	0,30				
	Вода	24	24	0,00	0,00				
	Масло растительное	12	12	138,00	0,88				
	Масло сливочное	5	5	540,00	0,14				
Цена одной порции					20,49	12,80	13,10	76,30	474,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	200							
	Крупа гречневая	95	95	130,00	12,35				
	Масло сливочное	7	7	540,00	3,78				
Цена одной порции					16,13	10,02	8,38	54,30	332,80
11-2	Хлеб пшеничный	82	82	90,00	7,38	6,38	1,06	33,51	169,17
389	Сок фруктовый (Яблочный, Мультифрукт, Вишневый)	200	200	26,00	5,20	1,00	0,00	24,40	101,60
ИТОГО ЗА ОБЕД					63,94	37,60	26,54	152,81	1064,67
ИТОГО ЗА ДЕНЬ					75,24	54,58	60,2	215,32	1642,24

ДЕНЬ 10 (ВОЗРАСТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ)

раск- таки	Наименование продуктов	Вес : брутто	Вес : нетто	Цена	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическа я ценность	Витамин С
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ЗАВТРАК										
3	Бутерброд с сыром		30/10/15							
	Сыр "Российский"	16	15	580	9,28					
	Масло слив.	10	10	540	5,40					
	Хлеб	30	30	45,5	1,37					
Цена одной порции					16,05	6,20	9,30	14,20	165,00	0,00
173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным и сахаром		200/10/10							
	Крупа пшеничная	50	50	55,00	2,75					
	Молоко	100	100	88,00	8,80					
	Вода	60	60	0,00	0,00					
	Сахар	6	6	90,00	0,54					
	Масло сливочное	10	10	540,00	5,40					
	Сахар	10	10	90,00	0,90					
Цена одной порции					18,39	8,60	11,40	57,10	365,00	1,10
379	Кофейный напиток		200							
	Кофейный напиток	5	5	500,00	2,50					
	Молоко 2,5%	100	100	88,00	8,80					
	Вода	120	120	0,00	0,00					0,00
	Сахар	20	20	90,00	1,80					0,00
338	Фрукты свежие (Яблоко, Банан)	200	200	120,00	18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
Цена одной порции					18,00	0,80	0,00	25,20	104,00	26,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК					38,74	6,30	9,30	29,20	225,00	0,00
ОБЕД										
103	Суп картофельный с рисовой крупой		250							
	Картофель свежий	125	75	60,00	7,50					
	Крупа рисовая	5	5	74,00	0,37					
	Морковь	12,5	12	75,00	0,94					
	Лук репчатый	12	10	50,00	0,60					
	Бульон или вода	175	175	0,00	0,00					
	Масло растительное	2	2,5	138,00	0,28					
Цена одной порции					9,68	2,65	2,77	24,22	132,50	2,56
290	Рагу из птицы		100/250							
	Курица охлажденная	164	145	220,00	36,08					
	Картофель свежий	200	160	138,00	27,60					
	Лук репчатый	24	20	50,00	1,20					
	Масло растительное	10	10	138,00	1,38					
	Томат пюре	12	12	290,00	3,48					
	Мука пшеничная	3	3	55,00	0,17					
	Морковь	44	36	75,00	3,30					
Цена одной порции					66,26	11,70	11,40	0,90	153,00	0,00
11-2	Хлеб пшеничный	100	100	90,00	9,00	6,38	1,06	33,51	169,17	0,00
376	Чай с сахаром		200							
	Чай в/с	1	1	600,00	0,60					
	Сахар	15	15	90,00	1,35					
Цена одной порции					1,95	3,20	2,40	25,50	136,40	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД					89,44	38,73	28,38	161,99	1002,40	18,56
СТОИМОСТЬ ДНЯ					128,18	41,83	35,28	165,69	1091,00	19,66

Скреплено, пронумеровано
и скреплено печатью
10 листов (десять листов)

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ №8 им. И.В. Орехова

Константинова Е.Л.