

ОВЗ 5-11 м

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

I неделя - понедельник

№	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Г				руб							
		Завтрак										
1	60/5	Яйца куриные	1	1	7,50	7,50						
		Молоко	0,04	0,04	53,00	2,12	9	8,1	0,7	111,66	№2613	С.В.Маслова
		Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
		Соль иодир	0,001	0,001	12,00	0,01						
2	60	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
		Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
3	200/15	Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90	0,2		0	58	№160105	

Обед

№	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
		Обед										
		Котлеты из говядины с гречневой кашей и соусом										
1	50/50	Мясо гов	0,065	0,05	420,00	27,30						
		Соль иодиров	0,003	0,003	12,00	0,04						
		Лук	0,005	0,004	25,00	0,13						
		Яйцо кур	0,005	0,005	116,66	0,58	8,17	7,95	9,75	143,23	№120535	
		Масло раст	0,005	0,005	130,00	0,65						
		Хлеб	0,01	0,01	35,00	0,35	8,9	5,6	41,4	251,6		
		Мука	0,003	0,003	24,00	0,07						
		Томат	0,001	0,001	150,00	0,15						
		Гречка	0,04	0,04	100,00	4,00						
		Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
2	40	Хлеб	0,04	0,04	35,00	1,40	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
		Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
3	200/10	Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60	0,2		0	58	№160105	
Итого за день:							51,96	33,33	22,55	133,05	862,99	

1 неделя - вторник

№	Наименование сборника	№ техн. карты	Ккал	У	Ж	Б	Сумма рубли	Цена за кг	Нетто	Брутто	Продукты	Масса порции	1 неделя - вторник			
													Г	Г		
	Завтрак															
1	Каша рисовая с молоком	№2660	139,2	9,4	4	6,6	2,00	50,00	0,04	0,04	рис	150				
1,53							511,00	0,003	0,003	Слив масло						
1,59							53,00	0,03	0,03	Молоко						
0,02							12,00	0,002	0,002	Соль						
2	Хлеб	№200102	120,25	25,6	0,45	3,41	1,75	35,00	0,05	0,05	Хлеб	50				
3	Чай с сахаром	№160105	58	15	0	0,2	0,50	500,00	0,001	0,001	Чай	200/10				
														0,60	60,00	0,01
Обед																
1	Рагу из мяса птицы	С.В.Маслова	384	31	21,2	17,4	33,00	330,00	0,1	0,1	Курица филе	150				
							0,02	12,00	0,002	0,002	Соль iodиров					
							0,13	25,00	0,004	0,004	Лук					
							4,80	48,00	0,1	0,1	Картофель					
							0,39	130,00	0,003	0,003	Масло раст					
							0,20	40,00	0,005	0,005	Морковь					
							0,07	24,00	0,003	0,003	Мука					
							0,15	150,00	0,001	0,001	Томат					
2	Хлеб	№200102	96,2	20,48	0,36	2,76	1,75	35,00	0,05	0,05	Хлеб	50				
3	Чай с сахаром	№160105	58	15	0	0,2	0,50	500,00	0,001	0,001	Чай	200/15				
														0,90	60,00	0,015
Итого за день:													49,91	26,01	116,48	855,65

1 неделя - четверг

№	Продукты	Масса порции	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б		Ж		У		Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
							г	г	г	г	г	г			
	Завтрак					руб									
1	Суп молочный с пшеникой	250	0,08 0,02 0,002 0,002	0,08 0,02 0,002 0,002	53,00 45,00 511,00 12,00	4,24 0,90 1,02 0,02	5,5	4,75	19,75	145	№2613	С.В.Маслова			
2	Хлеб	60	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102				
3	Чай с сахаром	200/15	0,001 0,015	0,001 0,015	500,00 60,00	0,50 0,90		0,2	15	58	№160105				

Обед

1	Шницель из говядины с отварным рисом	50/30/100	0,065 0,003 0,005 0,003 0,003 0,004 0,005 0,04 0,002 0,008 0,06	0,08 0,003 0,005 0,003 0,003 0,004 0,005 0,04 0,003 0,008 0,06	420,00 12,00 130,00 24,00 150,00 12,00 25,00 50,00 511,00 35,00 35,00	27,30 0,04 0,65 0,07 0,45 0,05 0,13 2,00 1,02 0,28 2,10	7,87	9,38	3,68	130,34	№229	С.В.Маслова	
							6	1,35	38,25	189,15	№120535		
2	Хлеб	60	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102		
3	Чай с сахаром	200/15	0,001 0,015	0,001 0,015	500,00 60,00	0,50 0,90		0,2	15	58	№160105		
того за день:							45,17	27,97	16,56	153,12	869,09		

I неделя - пятница

№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б		Ж		У		Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
								г	г	г	г	г	г			
1	Каша гречневая с молоком	150	Гречка	0,04	0,04	100,00	4,00	4,3	6	27,7	186	№2613	С.В.Маслова			
			Слив масло	0,003	0,01	511,00	1,53									
			Молоко	0,03	0,003	53,00	1,59									
			Соль	0,002	0,09	12,00	0,02									
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102				
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105				
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90									
Обед																
1	Котлеты из говядины с отварными макаронами и соусом	50,50/100	Мясо гов	0,06	0,05	420,00	25,20	13,58	9,78	2,08	150,66	№120549	С.В.Маслова			
			Соль иодиров	0,003	0,003	12,00	0,04									
			Раст масло	0,004	0,004	130,00	0,52									
			Мука	0,005	0,005	24,00	0,12									
			Томат	0,002	0,002	150,00	0,30									
			Соль иодиров	0,002	0,002	12,00	0,02									
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13									
			Макаронны	0,04	0,04	35,00	1,40									
			Слив масло	0,002	0,002	511,00	1,02									
			Яйцо	0,003	0,002	116,66	0,35									
			Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75									
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102				
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105				
			Сахар	0,015	0,015	56,00	0,84									
Итого за день:							42,48	25,1	16,68	110,98	693,16					

063

2 неделя - понедельник

№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
1	Суп молочный с макаронами	250	Макаронны	0,02	0,02	35,00	0,70	5,5	4,8	23,5	145	№120235	С.В.Маслова
			Молоко	0,08	0,08	53,00	4,24						
			Слив масло	0,003	0,003	511,00	1,53						
			Соль	0,002	0,002	12,00	0,02						
2	Хлеб	60	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
			Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
3	Чай с сахаром	200/15	Чай	0,015	0,015	60,00	0,90	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,001	0,001	500,00	0,50						

Обед

1	Биточки из говядины с кашей пшенной и соусом	50/30/100	Мясо гов	0,065	0,05	420,00	27,30	8,17	7,95	9,75	143,23	№120535	С.В.Маслова
			Соль	0,004	0,004	12,00	0,05						
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13						
			Яйцо кур	0,003	0,003	125,00	0,38						
			Масло раст	0,005	0,005	130,00	0,65						
			Хлеб	0,01	0,01	35,00	0,35						
			Мука	0,003	0,003	24,00	0,07						
			Томат	0,001	0,001	150,00	0,15						
			Пшено	0,04	0,04	45,00	1,80						
			Слив масло	0,002	0,002	511,00	1,02						
2	Хлеб	50	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
			Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
3	Чай с сахаром	200/10	Чай	0,01	0,01	60,00	0,60	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,001	0,001	500,00	0,50						
Итого за день:						44,74	24,53	19,05	151,35	855,33			

2 неделя - вторник

№	Завтрак	Масса Г	Продукты	Брутто Г	Нетто Г	Цена за кг	Сумма рубли	Б		Ж		У		Ккал		№ техн.	Наименование
								Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г		
1	Яйцо вареное	1 шт	Яйцо Соль	1 0,001	1 0,001	7,00 12,00	7,00 0,01	7,62	6,9	0,42	94,2	№386	С.В.Маслова				
2	Хлеб с сыром	50\10	Хлеб	0,05	0,05	35,00	1,75	3,75	0,25	26,08	116,5	№200102					
3	Чай с сахаром	200\10	Сыр голл	0,01	0,01	400,00	4,00	2,32	2,95	0	36,4						
			Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2									
			Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60	0,2	0	15	58	№160105					
								0,00									

Обед

1	Плов из говядины	35\165	Мясо гов Крупа рисовая Лук Масло раст Морковь Томат Соль	0,065 0,05 0,005 0,005 0,005 0,003 0,003	0,04 0,05 0,004 0,005 0,005 0,003 0,003	420,00 50,00 25,00 130,00 40,00 150,00 12,00	27,30 2,50 0,13 0,65 0,20 0,45 0,04	19,43	17,89	26,33	344,05	№120609	С.В.Маслова
2	Чай с сахаром	200\10	Чай Сахар	0,001 0,01	0,001 0,01	500,00 60,00	0,50 0,60	0,2	0	15	58	№160105	
3	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	35,00	1,40	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
Итого за день:								48,96	28,35	118,31	861,35		

2 неделя - среда

№	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
1	Каша гречневая с молоком	200	Гречка	0,05	0,05	100,00	5,00	6,6	4	9,4	139,2	№2660	
			Молоко	0,05	0,05	53,00	2,65						
			Слив масло	0,005	0,005	511,00	2,56						
			Соль	0,002	0,002	12,00	0,02						
2	Хлеб с маслом	60\10	Хлеб	0,06	0,06	35,00	2,10	3,41	0,45	25,6	120,25	№200102	
			Слив масло	0,01	0,01	511,00	5,11	0,12	10,95	0,15	102		
3	Чай с сахаром	200\10	Чай	0,001	0,001	500,00	0,50	0,2	0	15	58	№160105	
			Сахар	0,015	0,015	60,00	0,90						

Обед

1	Тефтели из говядины с соусом и отварными макаронами	50\50\100	Мясо гов	0,06	0,04	420,00	25,20	7,5	9	4,5	129	№120539	С.В.Маслова
			Крупа рисовая	0,004	0,004	50,00	0,20						
			Лук	0,005	0,004	25,00	0,13						
			Масло раст	0,005	0,005	130,00	0,65						
			Томат	0,002	0,002	150,00	0,30						
			Соль	0,003	0,003	12,00	0,04						
			Макаронны	0,04	0,04	35,00	1,40						
2	Чай с сахаром	200\10	Слив масло	0,002	0,003	511,00	1,02	0,63	1,36	3,69	29,52		
			Чай	0,001	0,001	500,00	0,50						
			Сахар	0,01	0,01	60,00	0,60						
3	Хлеб	40	Хлеб	0,04	0,04	35,00	1,40	2,76	0,36	20,48	96,2	№200102	
			Итого за день:				50,27	21,22	78,82	26,12	674,17		

2 неделя - четверг

№	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	Г	2	7,50	15,00	5,5	4,75	19,75	145	№2613	С.В.Маслова
					Яйцо						
					Молоко						
					Слив масло						
	Омлет из яиц	120	0,005	0,005	511,00	2,56					
	Соль	0,001	0,001	12,00	0,01						
2	Хлеб	60	0,06	35,00	2,10	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
	Чай		0,001	500,00	0,50						
3	Чай с сахаром	200/15	0,015	60,00	0,90		0,2	15	58	№160105	
	Сахар		0,015	60,00	0,90						
Обед											
1	Рыба тушенная с каргоф пюре и соусом	60\30\100	0,1	160,00	16,00	7,87	9,38	3,68	130,34	№229	С.В.Маслова
					Рыба						
					Соль						
					Раст масло						
					Мука						
					Томат						
					Соль						
					Лук						
					Картофель						
					Слив масло						
Молоко											
	Хлеб	50	0,05	35,00	1,75	4,1	0,54	30,72	144,3	№200102	
2	Хлеб	50	0,05	35,00	1,75						
	Чай		0,001	500,00	0,50						
3	Чай с сахаром	200/10	0,015	60,00	0,90		0,2	15	58	№160105	
	Сахар		0,015	60,00	0,90						

