

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение "Карачельская средняя общеобразовательная школа имени
" Заслуженного учителя РФ Шаламова Н. А. " Шумякинского муниципального округа " Курганской области "
e-mail: katchel@mail.ru тел: 8-35-245-36-044



Основное 12- дневное меню
для организации питания обучающихся 1-4 классы (7-11 лет), получающие бюджетные средства на питание в размере 50рублей 92 коп.
на период функционирования 2022-2023 учебный год
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Основное 12- дневное меню

для организации питания обучающихся 1-4 классы (7-11 лет), получающие бюджетные
на период функционирования 2022-2023 учебный год

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Прием пищи	Наименование блюда	N рецептуры	Вес блюда, г.	Цена блюда, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	
№ недели	1 неделя							
пн	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	182 р-к Могилын	590	31,23р.	13,957	13,013	83,776	510,420
	ЧАЙ С САХАРОМ	54-2ГН-2020	210	14,56р.	7,117	11,653	33,976	268,920
	Яблоко	пром.	200	0,78р.	0,200	0,000	6,500	26,800
	Хлеб пшеничный	пром.	100	11,90р.	0,400	0,400	8,900	40,300
	Хлеб ржаной	пром.	40	1,99р.	3,160	0,400	19,320	94,000
	Хлеб ржаной	пром.	40	1,99р.	3,080	0,560	15,080	80,400
вт	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	54-1Г-2020	590	66,70р.	17,8275	219,2725	90,93375	490,60125
	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	54-1Г-2020	150	6,02р.	5,3	5,5	32,7	202
	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	54-2М-2020	90	41,15р.	3,488	212,513	0,034	0,101
	Сок в асортимете	54-203-2020	60	8,18р.	1,800	0,100	3,600	22,100
	Хлеб пшеничный	пром.	200	6,86р.	1,000	0,200	20,200	92,000
	Хлеб пшеничный	пром.	40	1,99р.	3,16	0,4	19,32	94,00р.
	Хлеб ржаной	пром.	50	2,49р.	3,08	0,56	15,08	80,40р.
ср	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	54-11Г-2020	760	94,67р.	34,28286	21,074286	110,6571429	786,9142857
	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТ)	54-11Р-2020	150	11,55р.	3,100	6,000	19,700	145,800
	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	54-213-2020	90	24,76р.	11,043	6,614	5,657	126,614
	Кисломолочный напиток	пром.	60	13,02р.	1,200	0,200	6,100	31,300
	Кисломолочный напиток	пром.	200	18,68р.	10,000	6,400	7,000	136,000

	Хлеб пшеничный	пром.	40	1,99р.	3,160	0,400	19,320	94,000	
	Хлеб ржаной	пром.	40	1,99р.	3,080	0,560	15,080	80,400	
	Банан	пром.	180	22,68р.	2,700	0,900	37,800	172,800	
			470	92,48р.	9,44	1,86	92	428,2	
ЧТ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	54-10М-2020	200	60,84р.	22,1	22,8	13,2	347,1	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	54-1ХН-2020	200	4,47р.	0,5	0	19,8	81	
	Хлеб пшеничный	пром.	40	1,99р.	3,16	0,4	19,32	94,00р.	
	Хлеб ржаной	пром.	50	2,49р.	3,08	0,56	15,08	80,40р.	
	Банан	пром.	180	22,68р.	2,700	0,900	37,800	172,800	
ПТ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИ	54-7С-2020	610	42,04р.	28,78	19,42	64,03	549,416	
	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	54-1з-2020	200	13,16р.	11,740	6,160	18,430	176,316	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	54-23ГН-2020	30	15,18р.	7,000	8,800	0,000	107,500	
	Хлеб пшеничный	пром.	200	9,72р.	3,800	3,500	11,200	91,200	
	Хлеб ржаной	пром.	40	1,99р.	3,160	0,400	19,320	94,000	
	Хлеб ржаной	пром.	40	1,99р.	3,080	0,560	15,080	80,400	
	Яблоко	пром.	100	11,90р.	0,400	0,400	8,900	40,300	
СБ	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	54-1ТТК-2022	555	100,82р.	29,77441	21,358198	45,17944489	501,4060774	
	Апельсин	пром.	175	75,74р.	27,954	20,998	24,099	397,206	
	ЧАЙ С САХАРОМ	54-2ГН-2020	180	24,30р.	1,620	0,360	14,580	77,400	
			200	0,78р.	0,200	0,000	6,500	26,800	
2 недели									
ПН	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	54-21К-2020	530	75,29р.	8,56	6,9	54,22	314,5	
	Шоколад	пром.	200	13,52р.	5,2	6,5	28,4	193,7	
	Хлеб пшеничный	пром.	90	59,00р.					
	Хлеб пшеничный	пром.	40	1,99р.	3,16	0,4	19,32	94,00р.	
	ЧАЙ С САХАРОМ	54-2ГН-2020	200	0,78р.	0,2	0	6,5	26,8	
			530	91,68р.	27,673	22,007	94,133	686,587	
ВТ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСЫПЧАТАЯ	54-4Г-2020	150	11,23р.	8,2	6,9	35,9	238,9	
	КОГТЕЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ 54-4М-2020	54-4М-2020	80	60,97	14,613	14,507	13,013	241,387	
	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	54-21З-2020	60	13,02р.	1,2	0,2	6,1	31,3	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	54-1ХН-2020	200	4,47р.	0,5	0	19,8	81	
	Хлеб пшеничный		40	1,99р.	3,16	0,4	19,32	94,00р.	
СР			760	67,30р.	26,060	20,830	125,720	817,520	

ЧТ	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНО	54-2С-2020	200	8,17р.	1,700	1,860	7,740	54,720
	Кисломолочный напиток	пром	200	18,68р.	10,000	6,400	7,000	136,000
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	54-2в-2020	100	12,17р.	6,500	11,250	62,000	375,000
	Хлеб пшеничный	пром.	40	1,99р.	3,160	0,400	19,320	94,000
	Хлеб ржаной	пром.	40	1,99р.	3,080	0,560	15,080	80,400
	Апельсин	пром.	180	24,30р.	1,620	0,360	14,580	77,400
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	54-11Г-2020	730	64,93р.	39,833	35,625	104,175	535,805
	Курица тушеная	ецентурник Мо	150	11,55р.	3,100	6,000	19,700	145,800
	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	54-3СОУС-2020	90	23,52р.	24,103	22,365	16,545	0,105
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	54-23ГН-2020	100	3,76р.	1,400	2,300	8,600	60,500
	Хлеб пшеничный	пром.	200	9,72р.	3,800	3,500	11,200	91,200
	Хлеб ржаной	пром.	50	2,49р.	3,950	0,500	24,150	117,500
	Яблоко	пром.	40	1,99р.	3,080	0,560	15,080	80,400
	Яблоко	пром.	100	11,90р.	0,400	0,400	8,900	40,300
	ПТ	РИС ОВАРНОЙ	54-6Г-2020	100	76,69р.	0,400	0,400	8,900
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТ		54-11Р-2020	150	9,10р.	3,600	5,400	36,400	208,700
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ		54-203-2020	90	24,76р.	11,043	6,614	5,657	126,614
СОУС МОЛОЧНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		54-5СОУС-2020	60	8,18р.	1,800	0,100	3,600	22,100
Сок в ассортименте		пром.	100	11,91р.	3,500	8,700	9,500	130,500
Хлеб пшеничный		пром.	200	6,86р.	1,000	0,200	20,200	92,000
Хлеб ржаной		пром.	40	1,99р.	3,160	0,400	19,320	94,000
Яблоко		пром.	40	1,99р.	3,080	0,560	15,080	80,400
Яблоко		пром.	100	11,90р.	0,400	0,400	8,900	40,300
ОМЛЕТ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ		54-20-2020	570,000	55,41р.	15,380	12,460	58,800	423,800
Сок в ассортименте		пром	150	22,26р.	9,600	11,500	4,700	160,400
Апельсин		пром.	200	6,86р.	1,000	0,200	20,200	92,000
Хлеб пшеничный		пром.	180	24,30р.	1,620	0,360	14,580	77,400
Хлеб пшеничный		пром.	40	1,99р.	3,160	0,400	19,320	94,000
СБ								
Итого за 12 дней				859,24р.	среднее значение за День			71,60р.

Шоколад 1 раз в месяц



№ п/п	Наименование блоча	№ документа	Масса погрузки	Плотность вещества			Варианты, кг												
				Масса, г	Угол, г	301,1660	В1	В2	А	В1	С	В1	В2	В3	В4	В5	В6	В7	В8
65	РПС ОТВАРНОЙ	54-ВР-2020	780	6,600	1,360	49,800	214,700	0,182	0,016	3,200	2,040	4,000	330,040	381,560	36,480	43,830	123,170	4,150	4,370
	Риса чухенская в томате с специями (минтай)	54-ВР-2020	150	3,600	86,040	28,700	0,030	0,010	24,600	1,410	0,000	152,000	46,000	7,000	2,000	2,000	20,000	20,000	7,300
	Горошек зеленый	54-ВР-2020	90	11,400	6,014	5,617	28,600	0,070	0,010	211,000	2,407	2,438	101,020	352,357	3,687	4,726	11,971	0,141	11,400
	Сухой картофель натуральный	54-ВР-2020	60	1,700	0,100	5,617	0,500	0,010	16,000	0,340	2,400	4,000	14,000	4,000	11,000	1,000	1,000	0,500	0,500
	Сух в упаковке	54-ВР-2020	200	3,000	8,700	5,000	12,000	0,010	0,100	415,000	0,730	0,200	4,000	12,000	13,000	10,000	2,000	4,000	2,300
66	Кефир молочный	прям.	40	3,000	0,000	20,240	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	4,000	11,000	5,200	0,000	0,000	0,000	1,000	2,000
	Кефир молочный	прям.	40	3,000	0,000	19,200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	4,000	10,000	5,200	0,000	0,000	0,000	1,000	2,000
	Итого	прям.	100	0,000	0,000	8,900	40,300	0,022	0,016	3,000	0,000	4,000	10,000	28,700	14,000	7,800	0,000	1,000	0,200
67	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	54-20-2020	150	9,000	11,500	4,700	16,000	0,070	0,200	144,210	4,460	113,470	447,600	815,860	182,000	62,600	254,200	3,700	34,000
	Котлет	прям.	200	1,000	0,300	20,240	0,000	0,000	129,510	2,280	1,470	281,000	164,000	18,000	18,000	119,000	1,600	1,600	
	Молочный	прям.	180	1,600	0,340	14,700	0,800	0,000	14,000	0,510	0,000	11,000	24,000	34,000	61,200	23,000	14,000	0,500	4,000
68	Кефир молочный	прям.	40	3,100	0,000	19,500	0,000	0,000	0,000	1,740	0,000	151,200	51,200	9,200	1,200	0,000	0,000	0,000	1,200
	Итого	прям.	40	0,000	0,000	19,500	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	151,200	51,200	9,200	1,200	0,000	0,000	0,000	1,200

**Резервное 3 - дневное меню
для организации питания обучающихся 1-4 классы (7-11 лет), получающие бюджетные средства на питание в размере 56рублей 92
на период функционирования 2022-2023 учебный год
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК**

№	Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Пищевые вещества				Витамины, мг										Минералы, мг									
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЛ. ккал	В1	В2	А	РР	С	Na	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se							
1 день	Энергетическая и пищевая ценность за день		470	13	5	53	314	0	0	194	4	4	369	526	49	64	179	4	18	6							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРХОМ	54-КС-2020	200	6,86	4,6	16,02	132,98	0,146	0,056	193,166	1,68	4,328	96,678	376,558	25,68	30,1	78,92	1,456	16,116	1,978							
	ЧАЙ С САХАРОМ	54-ЗН-2020	200	0,200	0,000	6,400	26,800	0,000	0,010	0,300	0,090	0,040	0,700	20,800	4,500	3,800	7,200	0,700	0,000	0,000							
	Хлеб пшеничный	пром.	40	3,160	0,400	19,320	94,000	0,080	0,040	1,240			151,200	53,200	9,200	13,200	34,800	0,800	1,280	2,400							
2 день	Хлеб ржаной	пром.	30	2,110	0,420	11,310	60,300	0,060	0,030	0,150	0,600		120,000	73,200	9,900	17,100	58,200	1,350	0,960	1,650							
	Энергетическая и пищевая ценность за день		150	8,2	6,9	35,9	218,9	0,21	0,12	27,4	3,98	0	149	219	15	120	180	4	22,3	3,6							
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСЫПЧАТАЯ	54-ДГ-2020	80	1,35	1,35	3,1	188,9	0,03	0,09	25,7	4,98	1,13	97	259	11	18	133	1,9	29	0,9							
	ЛУННИ И З ГОВЯДИНЫ	54-2М-2020	200	0,5	0	19,8	81	0	0	15	0,05	0	0,1	0,2	49,1	2	4	0,1	0	0							
3 день	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	54-1ХН-2020	40	3,16	0,4	19,32	94,00р.	0,08	0,04	1,24			151,2	53,2	9,2	13,2	34,8	0,8	1,28	2,4							
	Хлеб пшеничный	пром.	50	3,08	0,56	15,08	80,40р.	0,08	0,04	0,2	0,8		160	97,6	13,2	22,8	77,6	1,8	1,28	2,2							
	Хлеб ржаной	пром.																									
	Энергетическая и пищевая ценность за день		200	15,2	15,4	38,6	354,4	0,07	0,12	271,3	6,16	0,72	275	266	20	44	193	2,2	38,7	7,3							
3 день	ПЛОВ ИЗ ОТВАННОЙ ГОВЯДИНЫ	54-11М-2020	200	1,000	0,200	20,200	92,000	0,020	0,020		0,400	4,000	12,000	240,000	14,000	8,000	14,000	2,800	4,000	2,400							
	Сок	пром.	40	3,160	0,400	19,320	94,000	0,080	0,040		1,240		151,200	53,200	9,200	13,200	34,800	0,800	1,280	2,400							
	Хлеб пшеничный	пром.	40	3,080	0,560	15,080	80,400	0,080	0,040	0,200	0,800		160,000	97,600	13,200	22,800	77,600	1,800	1,280	2,200							