



Врио заместителя ТО Управления Роспотребнадзора  
по г. Терско-Прохладненскому, Терском, Урванском и Лескенском районах  
г. Терско-Прохладненский, Терский район  
Замуков В. В. 02 августа 2020г.



Утверждено  
Муниципального района КБР  
администрации  
Терского МР  
Приказ № 02  
от августа 2020г.

Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей 7 - 11 лет

№ п/п	Наименование сборника	№ техн. карты	Витамины н С	Ккал	У	Ж	Б	I неделя понедельник		Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамины н С	№ техн. карты	Наименование сборника																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
								Цена за кг	рубли									г	г	г	г																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
1	Котлеты мясные с соусом	80			0,085	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,01	0,2	0,0023	100	0,23	340	28,9	0,08	0,017	0,005	0,001	0,039	0,017	0,003	0,05	0,002	0,006	0,0035	0,0

№	Плов из курицы	230	Итого за день:											45,01	499,98	6,26	ТК № 120605	С6 С.В.Маслова	
			лук	0,0108	0,009	25	0,27	21,80	25,86	45,01	499,98	6,26	ТК № 120605						С6 С.В.Маслова
	томатная паста		0,069	0,069	150	10,35													
	морковь		0,0151	0,0138	25	0,3775													
	соль йодированная		0,0184	0,0184	15	0,276													
	вода		0,124	0,0124	0	0													
	рис		0,0549	0,0549	55	3,0195													
3	Хлеб пшеничный	50	0,05	0,05	35	1,75													
4	Масло сливочное	10	0,01	0,01	340	3,4													
	чай черный	200	0,007	0,007	340	2,38													
	вода		208	208	0	0													
	сахар		0,015	0,015	32	0,48													
6	Яблоко	100	0,1	0,1	80	8													
	Свекла столовая свежая		0,0289	0,0251	25	0,7225													
7	Салат из свежлы с растительным маслом	100	0,023	0,023	70	1,61													
	соль йодированная		0,00575	0,00575	15	0,08625													
			<b>Итого за день:</b>											<b>100,03</b>	<b>929,37</b>	<b>38,2</b>			

№ п/п	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамины н С	№ техн. карты	ув				
															г	г	рубл	г
1	Бефстроганов из говядины	80	говядина	0,076	0,065	340	25,84											
			вода	0,2	0,2	0	0											
			морковь	0,005	0,004	25	0,125											
			соль йодированная	0,004	0,004	15	0,06											
			молоко	0,03	0,03	45	1,35											
			мука пшеничная	0,00245	0,00245	32	0,0784											
			бульон мясной или вода	0,024	0,024	0	0											
			масло сливочное	0,0013	0,00122	340	0,442											
			сметана 15 %	0,00553	0,00553	180	0,9954											
			макарони	0,05	0,05	32	1,6											
2	Макарони отварные	150	масло сливочное	0,003	0,003	340	1,02											
			соль йодированная	0,006	0,006	15	0,09											
			капусты	0,117	0,015	20	2,34											
3	Салат из капусты с растительным маслом	100	сахар	0,001	0,015	32	0,032											
			масло растительное	0,03	0,03	70	2,1											
			соль йодированная	0,003	0,015	15	0,045											
4	Хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	0,05	0,05	35	1,75											
			масло сливочное	0,01	0,01	340	3,4											
5	Масло сливочное	10	чай черный	0,007	0,007	340	2,38											
			лимон	0,005	0,0023	100	0,5											
6	Чай с лимоном	200	лимон	0,005	0,0023	100	0,5											
			чай с лимоном	0,005	0,0023	100	0,5											
			<b>Итого за день:</b>											<b>100,03</b>	<b>929,37</b>	<b>38,2</b>		



№	п/п	№ п/п	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамины С	№ техн. карты	Наименование сборника
					бульон или вода	0,038	0,038	0	0							
					морковь	0,03	0,02	25	0,75							
					рис	0,0535	0,0464	55	2,9425							
2	Рис отварной	150			вода	0,315	0,315	0	0	3,71	4,25	40,98	217,01	0	ТК № 130301	Сб С.В.Маслова
					масло сливочное	0,0045	0,0045	340	1,53							
					соль йодированная	0,0037	0,0037	15	0,0555							
3	Хлеб пшеничный	50			хлеб пшеничный	0,05	0,05	35	1,75	4	1,5	25	129,69	0	ТК № 200102	Сб С.В.Маслова
4	Масло сливочное	10			масло сливочное	0,004	0,004	340	1,36	0,08	8,5	0,008	76,88	0	ТК № 140110	Сб С.В.Маслова
					чай	0,007	0,007	340	2,38							
5	Чай с молоком с сахаром	200			сахар	0,01	0,01	36	0,36	1,2	1,28	11,88	63,95	0,12	ТК № 160108	Сб С.В.Маслова
					молоко	0,04	0,04	45	1,8							
6	Банан	100			банан	0,142	0,1	97	13,774	0,4	0,3	10,3	45,95	5	ТК № 210104	Сб С.В.Маслова
<b>Итого за день:</b>										<b>22,51</b>	<b>27,77</b>	<b>90,58</b>	<b>702,31</b>	<b>6,108</b>		
										<b>58,6916</b>						

**1 неделя суббота**

№	п/п	№ п/п	Завтрак	Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена за кг	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	Витамины С	№ техн. карты	Наименование сборника
					курица	0,098	0,08	330	32,34							
					соль йодированная	0,0023	0,0023	15	0,0345							
					лук	0,0164	0,015	25	0,41							
					мука пшеничная	0,00621	0,00621	32	0,19872							
1	Рагу из мяса птицы бескостное	230			томатная паста	0,005	0,005	150	0,75	19,535	17,894	26,335	344,2	16,514	ТК № 120609	Сб С.В.Маслова
					морковь	0,006	0,005	25	0,15							
					масло растительное	0,0046	0,0046	70	0,322							
					бульон или вода	0,069	0,069	0	0							
					картофель	0,18	0,16	25	4,5							
2	Хлеб пшеничный	50			хлеб пшеничный	0,05	0,05	35	1,75	4	1,5	25	130	0	ТК № 200102	Сб С.В.Маслова
					сыр	0,015	0,015	240	3,6	0,08	0,08	0,008	1,04	0	ТК № 100102	Сб С.В.Маслова
3	Масло сливочное	10			масло сливочное	0,01	0,01	340	3,4	0,08	8,5	0,008	74	0	ТК № 140110	Сб С.В.Маслова
					чай черный	0,007	0,007	350	2,45							
4	Чай с сахаром	200			вода	0,01	0,01	32	0,32	0	0	10	39,2	0	ТК № 160105	Сб С.В.Маслова
					сахар	0,01	0,01	80	0,8	0,4	0,4	9,8	47	10		
5	Яблоко	100			яблоко	0,01	0,01	80	0,8	0,4	0,4	9,8	47	10		
					Капуста	0,18	0,16	20	3,6							
					масло растительное	0,004	0,004	70	0,28							
					томатная паста	0,005	0,005	150	0,75							
					морковь	0,02	0,015	25	0,5	2,14	4,12	7,43	76,28	32,2	ТК № 100505	Сб С.В.Маслова
6	Капуста тушеная	100			лук	0,0952	0,08	25	2,38							
					сахар	0,001	0,001	36	0,036							











3	Хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	0,05	0,05	35	1,75	4	1,5	25	130	0	ТК № 200102	Сб С.В.Маслова	
4	Масло сливочное	10	масло сливочное	0,01	0,01	340	3,4	0,08	8,5	0,008	74,8	0	ТК № 140110	Сб С.В.Маслова	
5	Чай с лимоном	200	чай черный	0,007	0,007	350	2,45	0,04	0	10,12	41,26	1,6	ТК № 160106	Сб С.В.Маслова	
			лимон	0,006	0,005	200	1,2								
6	Салат из капусты с растительным маслом	100	сахар	0,015	0,015	35	0,525	1,64	10,08	9,62	136,84	25,67	ТК № 100201	Сб С.В.Маслова	
			капуста	0,11	0,08	45	4,95								
			сахар	0,001	0,001	35	0,035								
			масло растительное	0,01	0,01	115	1,15								
7	Банан	100	соль йодированная	0,003	0,003	15	0,045	0,4	0,3	10,3	47	5	ТК № 210103	Сб С.В.Маслова	
			банан	0,145	0,015	97	14,065								
<b>Итого за день:</b>															
							<b>58,848</b>	<b>25,82</b>	<b>37,38</b>	<b>108,53</b>	<b>873,76</b>	<b>32,27</b>			