Примерное двухнедельное меню горячих школьных завтраков для детей 7-11 лет.													
1 неделя - понедельник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Бефстроганов из куриного филе	100	Кириное филе	0.1	0.07	450.00	45.00	13.8	8.6	3.61	146.2	№290	Могильный М.П.
			Соль иодир	0.005	0.005	20.00	0.10						
			Лук	0.006	0.005	30.00	0.18						
			Вода	0.02	0.01		0.00						
			Масло раст	0.006	0.006	156.00	0.94						
			Мука	0.005	0.003	34.00	0.17						
			Сметана	0.006	0.006	278.00	1.67						
2	Каша пшенная	150\5	Пшено	0.05	0.05	53.00	2.65	5.7	1.65	32.55	167.7	№302	
			Сл масло	0.003	0.003	861.00	2.58						
			Соль иодир	0.002	0.002	20.00	0.04						
3	Чай с сахаром	200\15	Чай	0.001	0.001	800.00	0.80	0.2	0	14	56	№1167	
			Сахар	0.014	0.014	75.00	1.05						
4	Хлеб	60	Хлеб	0.06	0.06	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
Итого за день:							58.18	26.12	12.95	76.26	534.3		

1 неделя -вторник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Котлеты из говядины	90	Мясо гов	0.09	0.065	620.00	55.80	11.7	12.6	14.85	223.2	№416	Могильный М.П.
			Соль иодиров	0.002	0.002	20.00	0.04						
			Лук	0.007	0.006	30.00	0.21						
			Хлеб	0.016	0.016	50.00	0.80						
			Мука	0.009	0.009	34.00	0.31						
			Яйцо	0.005	0.004	116.70	0.58						
			Масло раст	0.005	0.005	156.00	0.78						
2	Соус красный основной	50	Масло раст	0.003	0.003	156.00	0.47	4.95	2.5	5	61.55	№968	
			Мука	0.003	0.003	34.00	0.10						
			Томат	0.005	0.005	300.00	1.50						
			Морковь	0.005	0.004	32.00	0.16						
			Лук	0.002	0.001	30.00	0.06						
			Сахар	0.001	0.001	75.00	0.08						
			Соль иодиров	0.001	0.001	20.00	0.02						
3	Каша перловая	150	Перловка	0.05	0.05	37.00	1.85	3.75	4.5	27.3	165.3	№60	
			Слив масло	0.005	0.005	861.00	4.31						
			Соль иодиров	0.002	0.002	20.00	0.04						
4	Огурцы свежие	90	Огурцы св	0.09	0.08	80.00	7.20	0.8	0.3	1.9	14		
5	Хлеб	60	Хлеб	0.06	0.06	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
6	Какао с молоком	200/20	Какао	0.004	0.004	1050.00	4.20						
			Молоко	0.09	0.09	85.00	7.65	7	4.6	19.4	154	№382	
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.13						
Итого за день:							90.27	34.62	27.2	94.55	782.45		

1 неделя - среда													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Жаркое из говядины	240	Мясо гов	0.110	0.080	620.00	68.20	12.24	20.60	18.72	300.00	№120609	Могильный М.П.
			Вода	0.027			0.00						
			Картофель	0.180	0.160	35.00	6.30						
			Лук	0.006	0.005	30.00	0.18						
			Томат	0.005	0.005	300.00	1.50						
			Масло раст	0.008	0.008	156.00	1.25						
			Морковь	0.005	0.004	32.00	0.16						
			Соль	0.002	0.002	20.00	0.04						
			Мука	0.002	0.002	34.00	0.07						
			Соль иод	0.003	0.002	12.00	0.04						
2	Хлеб	60	Хлеб	0.060	0.060	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
3	Чай с сахаром	200\15	Чай	0.001	0.001	800.00	0.80	0.2	0	14	56	№1167	
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.13						
	Итого за день						82.66	18.86	23.30	58.82	520.40		

1 неделя четверг

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Тефтели из говядины	90	Мясо гов	0.09	0.065	620.00	55.80	9	10.8	5.4	154.8	№418	Могильный М.П.
			Вода	0.2			0.00						
			Лук	0.008	0.007	30.00	0.24						
			Соль	0.002	0.002	20.00	0.04						
			Яйцо	0.005	0.004	116.70	0.58						
			Рис	0.007	0.007	65.00	0.46						
			Масло раст	0.005	0.005	156.00	0.78						
2	Соус красный основной	50	Масло раст	0.003	0.003	156.00	0.47	4.95	2.5	5	61.55	№968	
			Мука	0.003	0.003	34.00	0.10						
			Томат	0.005	0.005	300.00	1.50						
			Морковь	0.005	0.005	32.00	0.16						
			Лук	0.002	0.001	30.00	0.06						
			Сахар	0.001	0.001	75.00	0.08						
			Соль	0.001	0.001	20.00	0.02						
3	Каша гречневая	150	Гречка	0.07	0.07	55.00	3.85	5.89	11.4	25.5	227.7	№186	
			Слив масло	0.006	0.006	861.00	5.17						
			Соль	0.002	0.002	20.00	0.04						
4	Огурцы свежие	90	Огурцы св	0.09	0.08	80.00	7.20	0.8	0.3	1.9	14		
5	Хлеб	60	Хлеб	0.06	0.06	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
6	Чай с сахаром	200/15	Чай	0.001	0.001	800.00	0.80						
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.13	0.2	0	14	56	№1167	
Итого за день:							81.46	27.26	27.7	77.9	678.45		

1 неделя - пятница													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Котлеты из курин филе	90	Куриное филе	0.11	0.09	450.00	49.50	19.80	11.34	5.29	201.00	№406	Могильный М.П.
			Соль иод	0.003	0.003	20.00	0.06						
			Лук	0.005	0.004	30.00	0.15						
			Яицо	0.005	0.004	116.70	0.58						
			Масло раст	0.005	0.005	156.00	0.78						
			Хлеб	0.008	0.008	50.00	0.40						
2	Соус сметанный	50	Сметана	0.005	0.005	278.00	1.39	1	2.85	2.6	39	№554	
			Мука	0.003	0.003	34.00	0.10						
			Раст масло	0.003	0.003	156.00	0.47						
			Соль иод	0.001	0.001	20.00	0.02						
3	Макароны отварные	150	Макароны	0.053	0.053	42.00	2.23	6	1.35	38.2	180.3	№203	
			Слив масло	0.005	0.005	861.00	4.31						
			Соль иод	0.002	0.002	20.00	0.04						
4	Хлеб	60	Хлеб	0.06	0.06	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
5	Чай с сахаром	200\15	Чай	0.001	0.001	800.00	0.80						
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.13	0.2	0	14	56	№1167	
Итого за день:							64.95	33.42	18.24	86.19	640.70		

Итого за весь период	377.52	159.14	132.69	452.54	3676.70
Среднее значение за период	75.5045	31.828	26.538	90.508	735.34

2 неделя - понедельник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Плов из говядины	240	Мясо говяж	0.110	0.080	620.00	68.20	19.2	9.6	93.6	525.6	№381	Могильный М.П.
			Соль иодир	0.003	0.003	20.00	0.06						
			Рис	0.080	0.080	65.00	5.20						
			Лук	0.008	0.007	30.00	0.24						
			Морковь	0.010	0.010	32.00	0.32						
			Масло раст	0.010	0.010	156.00	1.56						
			Томат	0.003	0.003	300.00	0.90						
2	Чай с сахаром	200\15	Чай	0.001	0.001	800.00	0.8	0.2	0	14	56	№1167	
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.125						
3	Хлеб	60	Хлеб	0.060	0.060	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
Итого за день:							81.41	25.82	12.30	133.70	746.00		

2 неделя - вторник													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Биточки из говядины	90	Мясо говяж	0.09	0.065	620.00	55.80						Могильный М.П.
			Хлеб пшеничн	0.01	0.01	50.00	0.50						
			Раст масло	0.005	0.005	156.00	0.78						
			Лук	0.005	0.004	30.00	0.15	14.31	10.71	7.02	181.8	№795	
			Яицо	0.005	0.004	116.70	0.58						
			Соль	0.002	0.002	20.00	0.04						
2	Соус красный основной	50	Масло раст	0.003	0.003	156.00	0.47	4.95	2.5	5	61.55	№968	
			Мука	0.003	0.003	34.00	0.10						
			Томат	0.005	0.005	300.00	1.50						
			Морковь	0.005	0.005	32.00	0.16						
			Лук	0.002	0.001	30.00	0.06						
			Сахар	0.001	0.001	75.00	0.08						
			Соль	0.001	0.001	20.00	0.02						
3	Каша перловая	150	Перловка	0.05	0.05	37.00	1.85	3.75	4.50	27.30	165.30	№60	
			Слив масло	0.004	0.004	861.00	3.44						
			Соль иод	0.002	0.002	20.00	0.04						
4	Хлеб	60	Хлеб пшеничн	0.06	0.06	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
5	Кисель	200/15	Кисель	0.03	0.03	195.00	5.85						
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.13	0	0	13.8	55.6	№1096	
Итого за день:							75.55	29.43	20.41	79.22	628.65		

2 неделя - среда													
№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Котлеты из куриного филе	90	Куриное филе	0.11	0.09	450.00	49.50					№406	Могильный М.П.
			Лук	0.006	0.005	30.00	0.18						
			Раст масло	0.005	0.005	156.00	0.78						
			Хлеб	0.01	0.01	50.00	0.50	19.8	11.34	5.29	201		
			Яицо	0.005	0.005	116.70	0.58						
			Соль	0.002	0.002	20.00	0.04						
2	Соус сметанный	50	Сметана	0.006	0.006	278.00	1.67	1	2.85	2.6	39	№554	
			Мука	0.003	0.003	34.00	0.10						
			Масло слив	0.003	0.003	861.00	2.58						
			Соль иод	0.001	0.001	20.00	0.02						
3	Каша пшенная	150	Пшено	0.05	0.05	53.00	2.65	5.7	1.65	32.6	167.7	№302	
			Слив масло	0.004	0.004	861.00	3.44						
			Соль	0.002	0.002	20.00	0.04						
4	Огурцы свежие	90	Огурцы св	0.09	0.08	80.00	7.20	0.8	0.3	1.9	14		
5	Хлеб	60	Хлеб пшеничн	0.06	0.06	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
6	Чай с сахаром	200	Чай	0.001	0.001	800.00	0.80	0.2	0	14	56	№1167	
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.13						
Итого за день:							74.22	33.92	18.84	82.49	642.1		

2 неделя - четверг

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Рыба тушенная	90	Рыба заморож	0.16	0.1	230.00	36.80	11.97	9.63	1.71	141.84	№638	Могильный М.П.
			Мука	0.005	0.005	34.00	0.17						
			Соль иод	0.002	0.002	20.00	0.04						
			Масло раст	0.008	0.008	156.00	1.25						
2	Соус красный основной	50	Масло раст	0.003	0.003	156.00	0.47	4.95	2.5	5	61.55	№968	
			Мука	0.003	0.003	34.00	0.10						
			Томат	0.005	0.005	300.00	1.50						
			Морковь	0.004	0.003	32.00	0.13						
			Лук	0.002	0.001	30.00	0.06						
			Сахар	0.001	0.001	75.00	0.08						
			Соль	0.001	0.001	20.00	0.02						
3	Макароны	150	Макароны	0.053	0.053	42.00	2.23	6	1.35	38.2	180.3	№203	
			Слив масло	0.005	0.005	861.00	4.31						
			Соль иод	0.002	0.002	20.00	0.04						
4	Хлеб	60	Хлеб	0.06	0.06	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
5	Чай с сахаром	200\15	Чай	0.001	0.001	800.00	0.80						
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.13	0.2	0	14	56	№1167	
6	Мармелад	30	Мармелад	0.03	0.03	466.67	14.00	0.42	2.67	22.47	108.5	№119	
Итого за день							66.11	29.96	18.85	107.48	712.59		

2 неделя - пятница

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн, карты	Наименование сборника
	Завтрак	г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Котлеты из куриного филе	90	Куриное филе	0.12	0.09	450.00	54.00					№406	Могильный М.П.
			Лук	0.007	0.006	30.00	0.21						
			Раст масло	0.005	0.005	156.00	0.78						
			Хлеб	0.01	0.01	50.00	0.50	19.8	11.34	5.29	201		
			Яицо	0.005	0.005	116.70	0.58						
			Соль	0.002	0.002	20.00	0.04						
2	Соус сметанный	50	Сметана	0.005	0.005	278.00	1.39	1	2.85	2.6	39	№554	
			Мука	0.003	0.003	34.00	0.10						
			Масло слив	0.003	0.003	861.00	2.58						
			Соль иод	0.001	0.001	20.00	0.02						
3	Пюре картофельное	150	Картофель	0.18	0.16	50.00	9.00	3.15	6.9	12.75	122.55	№903	
			Слив масло	0.003	0.003	861.00	2.58						
			Молоко	0.03	0.03	85.00	2.55						
			Соль иодир	0.002	0.002	20.00	0.04						
4	Хлеб	60	Хлеб	0.06	0.06	50.00	3.00	6.42	2.7	26.1	164.4	№701,1	
5	Какао	200\15	Какао	0.004	0.004	1050.00	4.20	7.00	4.60	19.40	154.00	№382	
			Молоко	0.09	0.09	85.00	7.65						
			Сахар	0.015	0.015	75.00	1.13						
Итого за день:							90.36	37.37	28.39	66.14	680.95		

Итого за весь период	387.63	156.50	98.79	469.03	3410.29
Среднее значен за период	77.53	31.30	19.76	93.81	682.06