



Примерное меню-раскладка
для организации горячего питания обучающихся 5-11 классов
муниципальных общеобразовательных организаций Петровского муниципального округа в 2024-2025 учебном году
осень-зима

Петровский городской округ

[illegible]

ДЕНЬ ВТОРОЙ

№ агрегат ун	прим. маш. наименование блока	масса порции	продукты	масса		сплошность	химический	энергетич. оценка				минеральные вещества (мг)							
				брутто	нетто			Цена за 1 кг	Сплошность блока	белки	жир	углеводы	кальций	Вит	C	A	Ca	P	Mg
ЗАВТРАК																			
70/71	овощи натуральные соевые или соевые	180	овощи натуральные соевые или соевые	84	80	70.00р	5.80р	5.80р	0.5	0.1	1.5	8.1	0	6	0	13.8	25.2	8.4	0.6
294	котлеты из курицы	1/100	филе кур или грудной	85.6	80	430.00р	38.51р	44.75р	15.8	19.7	12.7	298.2	0	1.63	0.13	10.2	18.6	30.1	2.13
			хлеб пшеничный	11.3	11.3	40.00р	0.45р												
			молоко или вода	14.2	14.2	13.00р	0.00р												
			яйца куриные	1.40	1.40	890.00р	1.35р												
			масло сливочное	1.44	1.44	130.00р	0.16р												
			масло растительное для	1.4	1.4	130.00р	0.16р												
202/203	макаронные изделия отварные с маслом	1/150	пшеница	1.2	1.2	21.00р	0.03р	7.70р	6.5	0.6	41.7	200	0.1	0	0	18.2	54.5	10.2	1.3
			соль йодированная	60	60	45.00р	2.70р												
			масло сливочное	8.52	8.52	595.00р	5.07р												
			соль йодированная	1.2	1.2	16.00р	0.02р												
376	хлеб пшеничный чай с сахаром	140 1/200/15	соль йодированная	40	40	40.00р	1.60р	1.60р	3.16	0.4	19.3	94.6	0.06	0	0	9.2	34.8	13.2	0.8
			хлеб пшеничный	0.5	0.5	760.00р	0.38р												
			чай с сахаром	15	15	72.00р	1.08р												
итого за группой лиц				615			62.00р	26.16	21	88.6	643.9	0.22	7.63	0.13	54.38	137.6	64.3	6.33	
ОБЕД																			
101	суп картофельный с верми	1/250	картофель	100	75	45.00р	4.50р	6.00р	1.7	2.7	13.2	65.5	0.1	16.5	0.2	23.5	55	24.2	1
260	упити из говядины	100	крупа рисовая	5	5	120.00р	0.00р	128.89р	13.7	23.6	42.1	366.8	0.1	1.2	0.22	1	310	450	43
			морковь	12.5	10	65.00р	0.81р												
			лук репчатый	12.00	10	35.00р	0.42р												
			масло растительное	2.50	2.5	130.00р	0.35р												
			вода	187.50	187.5														
			соль йодированная	1	1	21.00р	0.02р												
			говядина	214	158	590.00р	124.10р												
			лук репчатый	24	20	29.00р	0.70р												
			масло растительное	10	10	156.00р	1.36р												
			томатный соус	16	16	153.00р	2.60р												
171	каша перловая рассычатая	1/150	мука пшеничная	4	4	35.00р	0.14р	7.8	7.4	46	250.7	0.2	0	0	0	19.9	161.3	58.8	1.86
			соль йодированная	1.1	1	15.00р	0.02р												
			крупа перловая	60	60	70.00р	4.20р												
			масло сливочное	12	12	800.00р	9.60р												
349	компот из смеси сухофруктов	1/200	соль йодированная	1	1	18.00р	0.07р	0	0	19.4	77.4	0	0	0	9.4	0	2	0	
			сухофрукты	20	25	125.00р	2.50р												
			масло сливочное	0.2	0.2	840.00р	0.17р												
	хлеб пшеничный хлеб пшеничный	140 1/200	соль йодированная	20	20	80.00р	1.60р	1.60р	3.16	0.4	19.3	94.6	0.06	0	0	9.2	34.8	13.2	0.8
			хлеб пшеничный	40	40	40.00р	1.60р												
			хлеб пшеничный	30	30	45.00р	1.35р												
итого за группой лиц				830			196.71р	28.34	34.46	492	968.7	1.96	17.7	0.42	73.5	606.5	560.3	47.83	
итого за группой лиц				1445			218.73р	54.5	55.46	246.8	1010.6	2.18	25.33	0.55	127.88	746.1	624.6	53.16	

ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ

ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ

№ протокол учета	прим. лица, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость	химический состав				энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто		Цена за 1 кг	Стоимость сырья	Стоимость блюда	белки		жиры	углеводы	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
229	рыба, тушеная в томате с овощами	1/100	минтай замороженный	90	73,7	195,00р.	17,55р.	23,70р.	11,2	5,05	50,4	105	0,09	2,64	0	37,04	0	0	0	0,78	
			вода	18,7	18,7																
			морковь	23	18	65,00р.	1,50р.														
			лук репчатый	10	8,7	35,00р.	0,35р.														
			томатная паста	10	10	195,00р.	1,95р.														
312	пюре картофельное	1/180	максло растительное	5	5	130,00р.	0,65р.	11,00р.	3,8	7,2	25,6	182,9	0,2	31,2	0,1	2,4	102,6	39,1	1,6		
			растоль лимонный	2,5	2,5	600,00р.	1,50р.														
			сахар	2	2	85,00р.	0,17р.														
			пшеничный лист	0,01	0,01	1,200,00р.	0,01р.														
			соль йодированная	1,2	1,2	21,00р.	0,50р.														
317	хлеб пшеничный чай с лимоном	1/200/150/	максло растительное	210,6	198,4	8,00р.	3,16р.	1,60р.	3,16	0,4	19,3	94,6	0,06	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8		
			молоко	28,8	28,8	85,00р.	2,45р.														
			максло сливочное	9	9	595,00р.	5,36р.														
			соль йодированная	2	2	38,00р.	0,02р.														
			чай-Заварка	40	40	40,00р.	1,60р.														
349	компот из слив сушеных	1/200	лимонный сок	15	15	80,00р.	1,20р.	2,54р.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5		
			сахар	8	7	130,00р.	1,20р.														
			лимонный сок	8	7	130,00р.	1,20р.														
			лимонный сок	8	7	130,00р.	1,20р.														
			лимонный сок	8	7	130,00р.	1,20р.														

итого за 4-ими лицами																			
ОБЕД																			
103	суп картофельный с шавермой нарезанной	1/250	картофель	100	75	45,00р.	4,50р.	6,00р.	3,9	2,75	19	117	0,1	11	0,2	22	54	21	0,9
250	птица, тушенная в соусе	1/100	макросоленая ладья	10	10	52,00р.	0,52р.	53,02р.	11,7	10,7	2,94	155,8	0,22	0,02	0	31,09	0	0	0,92
			морковь	12,5	10	65,00р.	0,81р.												
			лук репчатый	12	10	35,00р.	0,42р.												
			максло растительное	2,5	2,5	130,00р.	0,33р.												
			вода	17,5	17,5														
330	соус сметанный	1/30	соль йодированная	1	1	21,00р.	0,02р.	1,80р.	0,32	1,13	1,32	16,68	0	0,01	0	6,15	0	1,19	0,65
			булгар-шашлык	198	142	265,00р.	52,47р.												
			максло растительное	4	4	130,00р.	0,50р.												
			соль йодированная	1,2	1,2	21,00р.	0,05р.												
			сметана	7,5	7,5	230,00р.	1,73р.												
171	каша пшеничная рассыпчатая	1/100	максло растительное	2,25	2,25	35,00р.	0,86р.	10,40р.	8,52	10,08	49,3	310,4	0,3	0,03	0	18,4	0	0	5,7
			вода	22,3	22,3	45,00р.	3,24р.												
			максло сливочное	12	12	595,00р.	7,14р.												
			соль йодированная	1,2	1,2	18,00р.	0,07р.												
			сметана	20	25	125,00р.	2,50р.												
349	компот из слив сушеных	1/200	картофель	20	20	40,00р.	1,60р.	4,27р.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	2	0
			лимонный сок	20	20	80,00р.	0,17р.												
			лимонный сок	20	20	80,00р.	0,17р.												
			лимонный сок	20	20	80,00р.	0,17р.												
			лимонный сок	20	20	80,00р.	0,17р.												
140	хлеб пшеничный чай с лимоном	1/200	картофель	40	40	40,00р.	1,60р.	1,60р.	3,16	0,4	19,3	84,6	0,06	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8
			лимонный сок	40	40	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	40	40	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	40	40	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	40	40	40,00р.	1,60р.												
940	итого за 4-ими лицами	940	лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.	1,55р.	1,88	0,36	10	119,18	2,18	11,68	0,20	106,74	138,20	57,49	9,54
			лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.												
1462	итого за 4-ими лицами	1462	лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.	1,55р.	1,88	0,36	10	119,18	2,18	11,68	0,20	106,74	138,20	57,49	9,54
			лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.												
			лимонный сок	30	30	40,00р.	1,60р.												

ДЕНЬ ПЯТЫЙ

№ рецептурной карты	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность (ккал)	элементы (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe			
ЗАВТРАК																					
181	ошпа жареная молочная из манной крупы	1/200	крупа манная молоко яйцо сахар масло сливочное соль соль йодированная соль йодированная масло сливочное масло сливочное хлеб пшеничный чай - жемчужный сахар вода	31 100 75 6,00 10 10 1 16 10 30 0,5 15 150	37,00р. 89,00р. 75 6,00р. 80,00р. 80,00р. 0,00р. 18,00р. 630,00р. 800,00р. 40,00р. 760,00р. 72,00р.	1,15р. 8,90р. - р. 6,00р. 8,00р. 0,00р. 0,00р. 10,00р. 8,00р. 1,20р. 0,30р. 1,00р.	22,87р	9,74	9,82	33,54	239,4	0,25	1,3	0,08	140,6	136,4	17,1	0,5			
3	булочки с сыром	1/1540030					19,20р	5,84	11,92	14,83	190	0	0,1	0	139,2	101,5	15,2	8			
376	чай с сахаром	1/200415					2,00	0,2	0	13,4	52	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5			
итого за прием пищи			470				44,15р	15,78	21,74	61,83	481,4	0,31	1,4	0,08	282,78	242,4	34,7	9			
ОБЕД																					
7071	ошпа натуральные свиные или говяжьи	1/80		84	80	70,00р	5,88р	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6			
102	суп картофельный с бобовыми	1/50	картофель говядо пшеничный																		

2 НЕДЕЛЯ

№ рецептурной ур.	прим. лица, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			элементы			минеральные вещества (мг)					
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Р	Мg	Ca	Fe	
70/71	салатик натуральное сыроежки или соевые бобы	180	соевые натуральные сыроежки или соевые бобы	84	80	70,00р.	5,86р.	5,86р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
291	салатик натуральное сыроежки или соевые бобы	1/250	соевые натуральные сыроежки или соевые бобы	175,6	120	265,00р.	46,80р.	58,40р.	17,3	15	31,5	339,4	0,04	2,69	0	8,5	0	0	1,7
376	хлеб пшеничный	1440	хлеб пшеничный	1700/15	150	72,00р.	1,08р.	2,00р.	0,2	0	13,4	52	0,05	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5
шпикот за жареные яйца				585	150	150р.	1,08р.	67,97р.	21,16	16,5	65,7	494,1	0,16	8,69	0	34,48	64,5	24	3,6
ОБЕД																			
70/71	салатик натуральное сыроежки или соевые бобы	180	соевые натуральные сыроежки или соевые бобы	84	80	70,00р.	5,86р.	5,86р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
101	суп картофельный с курицей	1/250	суп картофельный с курицей	100	75	45,00р.	4,50р.	6,80р.	1,7	2,7	13,2	85,5	0,1	16,5	0,2	23,5	55	24,2	1
266	котлета из говядины	1/100	котлета из говядины	100	74	750,00р.	7,50р.	86,43р.	16,1	16,8	14,78	274,7	0	0	0	4,88	112,2	27,2	2,88
171	каша гречневая рассыпчатая	1/180	каша гречневая рассыпчатая	10	10	100,00р.	1,00р.	15,54р.	4,3	5,5	45,2	247,2	0	0	0	13,2	93,6	31,2	0,7
349	компот из смеси сухофруктов	1/200	компот из смеси сухофруктов	20	20	840,00р.	0,17р.	4,77р.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	2	0
1440	хлеб пшеничный	1440	хлеб пшеничный	40	40	40,00р.	1,60р.	1,60р.	3,16	0,4	19,3	94,6	0,08	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8
1430	хлеб пшеничный	1430	хлеб пшеничный	30	30	45,00р.	1,35р.	1,35р.	1,98	0,35	10	51,9	1,5	0	0	10,3	47,4	14,1	1,17
770	шпикот за жареные яйца	585	шпикот за жареные яйца	150	150	150р.	1,08р.	121,54р.	22,84	20,26	76,68	684,1	1,66	16,5	0,2	27,48	249,4	89,7	6,83
всего за день				1355	189,51р.			189,51р.	44,1	35,76	142,38	1078,2	1,82	25,19	0,2	315,9	104,7	33,9	8,46

№ рецепт еды	прим. лиц. наименования блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость	химический состав			энергетич. всая ценность (ккал)	витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто		Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки		жиры	углеводы	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
173	каша вязкая молочная пшеничная	1/200/10	крупа пшеничная молоко масло сливочное соль йодированная сахар	50 100 60 6 10 16 10 30 5	50 100 60 6 10 16 10 30 5	35.00р. 60.00р. 8.00р. 18.00р. 480.00р.	17.15р.	8.9	7.06	45.16	269.2	0.18	1.76	0	161.7	0	0	2.83		
3	булгур с сыром	115/1030	булгур сыр российский масло сливочное хлеб пшеничный	1 16 10 30	1 16 10 30	630.00р. 8.00р. 40.00р. 1.20р.	19.29р.	5.84	11.92	14.89	190	0	0.1	0	139.2	101.5	15.2	8		
379	корейский напиток с молоком	1/200	корейский напиток вода сахар молоко	5 120 20 100	5 120 20 100	480.00р. 1.60р. 60.00р. 8.90р.	10.90р.	3.3	2.4	26.7	142.2	0	1.3	0	60.3	59.6	21.2	0.5		
итого за одним лицом				465			47.33р.	18.04	21.38	88.75	601.4	0.18	3.16	0	361.2	161.1	36.4	11.33		
ЗАВТРАК																				
7071	свиные натуральные сосиски или солёные	1/80	сосиски натуральные	84	80	70.00р.	5.88р.	0.5	0.1	1.5	8.1	0	6	13.8	25.2	8.4	0.6			
102	суп картофельный с бобовыми	1/250	картофель бобы пш. реччатый масло растительное соль йодированная	68.8 20.2 12 15.7 5	50 20 10 12.5 5	45.00р. 65.00р. 35.00р. 85.00р. 130.00р.	6.42р.	5.6	5.4	17.5	140.6	0.2	9.5	0.25	48.8	83.7	35.5	2.1		
269	рату на птице	250	мясо птицы картофель морковь томатное пюре пш. реччатый масло растительное соль йодированная мука пшеничная субпродукты сметана уксус лимонный вода	192 160.5 31.5 18 6 1.2 1.5 20 20 0.2	136 120 25.5 15 6 1.2 1.5 20 20 0.2	194.00р. 25.33р. 2.89р. 0.79р. 1.35р. 130.43р. 0.45р. 16.00р. 0.07р. 125.00р. 2.50р. 840.00р. 0.17р.	42.20р.	24.8	26.2	2	331.2	0.29	24.6	3.13	90.37	560.7	112.8	8		
349	комлот из смеси субпродуктов	1/200	субпродукты	20	20	80.00р.	4.27р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	9.4	0	2	0		
	хлеб пшеничный	140	хлеб пшеничный	200	200	40.00р.	1.60р.	3.16	0.4	19.3	94.6	0.06	0	0	9.2	34.8	13.2	0.8		
	хлеб ржаной	150	хлеб ржаной	40	40	45.00р.	1.80р.	1.98	0.36	10	51.9	1.5	0	0	10.5	47.4	14.1	1.17		
	итого за одним лицом	800		30	30	45.00р.	1.35р.	36.04	32.46	69.7	702.8	2.05	40.1	3.38	182.07	771.8	186	12.67		
	есть за день	1265					109.05р.	54.08	53.84	156.45	1305.2	2.23	43.26	3.38	643.27	922.9	222.4	24		

ОБЕД

ДЕНЬ ВОСЬМОЙ

[illegible]

ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ

№ рецептур	прим. пиш. наименование блюда	масса порции	продукты	масса		плотность	химический состав				энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)		минеральные вещества (мг)					
				брутто	нетто		Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры		углеводы	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
ЗАПТРАК																			
210	горячий зеленый консервированный салат натуральный	160	горячий зеленый консервированный салат	80	80	116.92р.	9.35р.	9.35р.	2	2.9	12	55.7	0.06	7.3	0	14.3	38.9	13.8	0.4
		1200		4	152.2	13.00р.	22.50р.	45.31р.	20.5	34	3.3	342.8	0.17	0.4	0.36	127.3	330.2	26.6	3.6
					51.3	51.3	- р.												
					6.8	6.8	880.00р.	6.05р.											
					1.42	1.42	21.00р.	0.03р.											
377	хлеб пшеничный 1000/157	140	хлеб пшеничный	18.8	18.8	880.00р.	16.73р.	1.60р.	3.16	0.4	19.3	94.6	0.06	0	0	9.2	34.8	13.2	0.8
		1200	хлеб пшеничный	40	40	40.00р.	1.00р.	2.64р.	0.4	0	11.7	40.6	0	3.3	0	27.2	15.5	11.7	1.5
				0.5	0.5	480.00р.	0.24р.												
				15	15	80.00р.	1.20р.												
				8	7	150.00р.	1.20р.												
итого за 9 порций				542			58.90р.	58.90р.	26.06	37.3	46.3	542.7	0.29	11	0.36	178	420.4	65.3	6.3
ОБЕД																			
7071	осетин натуральные свиные сосиски	160	осетин натуральные свиные сосиски	84	80	70.00р.	5.88р.	5.88р.	0.5	0.1	1.5	8.1	0	6	0	13.8	25.2	8.4	0.6
		99	суте из осетин со сметаной	25	20	20.00р.	0.50р.	4.32р.	3	4.2	10.2	91	0.1	11	0.22	30	53	22	0.8
				60	50	18.00р.	1.20р.												
				12	10	25.00р.	0.31р.												
				11.5	7.5	116.92р.	1.34р.												
291	пюре из тыквы	1250	пюре из тыквы	178.6	120	205.00р.	46.89р.	58.48р.	17.3	15	31.5	339.4	0.04	2.69	0	8.5	0	0	1.7
				11.6	11.6	130.00р.	1.51р.												
				16.6	13.3	35.00р.	0.47р.												
				8.3	8.3	195.00р.	1.62р.												
				59.3	58.3	120.00р.	7.90р.												
349	котлет из свиных субпродуктов	1200	котлет из свиных субпродуктов	1	1	21.00р.	0.00р.	4.27р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	9.4	0	2	0
				20	25	125.00р.	2.50р.												
				0.2	0.2	640.00р.	1.17р.												
				200	200	40.00р.	1.60р.												
				40	40	40.00р.	1.35р.												
итого за 9 порций				1312			134.81р.	134.81р.	52	57.36	138.2	1205.1	1.99	30.69	0.58	259.4	500.8	125	17.37

ДЕНЬ ДЕСЯТЫЙ

[illegible]