

МКОУ "СОШ№2" с.п.Малка

Меню приготавливаемых блюд для учащихся 1-4 классов на 01.04.2026г.

| №<br>п/п           |  | масса гр. |       | выход      | пищевые вещества |   |   | ч                 | цена | Сумма         |
|--------------------|--|-----------|-------|------------|------------------|---|---|-------------------|------|---------------|
|                    |  | брутто    | нетто | гр.        | б                | ж | у | ценность<br>(кал) | руб  |               |
| <b>Первый день</b> |  |           |       |            |                  |   |   |                   |      |               |
|                    | <b>Овощи тушеные с растительным маслом</b> |           |       | <b>60</b>  |                  |   |   |                   |      |               |
|                    | капуста                                    | 70        |       |            |                  |   |   |                   | 60   | 4,20          |
|                    | морковь                                    | 10        |       |            |                  |   |   |                   | 45   | 0,45          |
|                    | масло растительное                         | 5         |       |            |                  |   |   |                   | 180  | 0,90          |
|                    | соль                                       | 1         |       |            |                  |   |   |                   | 25   | 0,03          |
|                    | лук репчатый                               | 3         |       |            |                  |   |   |                   | 45   | 0,14          |
|                    | <b>Плов с мясом индейки</b>                |           |       | <b>250</b> |                  |   |   |                   |      |               |
|                    | мясо индейки                               | 120       |       |            |                  |   |   |                   | 470  | 56,40         |
|                    | лук репчатый                               | 5         |       |            |                  |   |   |                   | 45   | 0,23          |
|                    | рис  | 40        |       |            |                  |   |   |                   | 120  | 4,80          |
|                    | масло растительное                         | 7         |       |            |                  |   |   |                   | 180  | 1,26          |
|                    | морковь                                    | 10        |       |            |                  |   |   |                   | 45   | 0,45          |
|                    | соль                                       | 2         |       |            |                  |   |   |                   | 25   | 0,05          |
|                    | <b>Компот из яблок</b>                     |           |       | <b>180</b> |                  |   |   |                   |      |               |
|                    | яблоко                                     | 20        |       |            |                  |   |   |                   | 110  | 2,20          |
|                    | сахар                                      | 15        |       |            |                  |   |   |                   | 89   | 1,34          |
|                    | <b>Хлеб пшеничный</b>                      | 110       |       | <b>110</b> |                  |   |   |                   | 70   | 7,70          |
|                    | <b>Апельсин</b>                            | 100       |       | <b>100</b> |                  |   |   |                   | 170  | 17,00         |
|                    | <b>ИТОГО</b>                               |           |       |            |                  |   |   |                   |      | <b>97,13</b>  |
| <b>Второй день</b> |  |           |       |            |                  |   |   |                   |      |               |
|                    | <b>Котлета мясная</b>                      |           |       | <b>90</b>  |                  |   |   |                   |      |               |
|                    | мясо                                       | 120       |       |            |                  |   |   |                   | 660  | 79,20         |
|                    | масло растительное                         | 5         |       |            |                  |   |   |                   | 180  | 0,90          |
|                    | соль                                       | 2         |       |            |                  |   |   |                   | 25   | 0,05          |
|                    | яйцо                                       | 0,1       |       |            |                  |   |   |                   | 13   | 1,30          |
|                    | хлеб                                       | 13        |       |            |                  |   |   |                   | 70   | 0,91          |
|                    | молоко                                     | 10        |       |            |                  |   |   |                   | 120  | 1,20          |
|                    | лук  | 10        |       |            |                  |   |   |                   | 45   | 0,45          |
|                    | <b>Макароньы отварные</b>                  |           |       | <b>150</b> |                  |   |   |                   |      |               |
|                    | макароньы                                  | 40        |       |            |                  |   |   |                   | 68   | 2,72          |
|                    | масло сливочное                            | 3         |       |            |                  |   |   |                   | 800  | 2,40          |
|                    | соль                                       | 2         |       |            |                  |   |   |                   | 25   | 0,05          |
|                    | <b>Чай с сахаром</b>                       |           |       | <b>200</b> |                  |   |   |                   |      |               |
|                    | чай  | 2         |       |            |                  |   |   |                   | 1150 | 2,30          |
|                    | сахар                                      | 15        |       |            |                  |   |   |                   | 89   | 1,34          |
|                    | <b>Хлеб пшеничный</b>                      | 110       |       | <b>110</b> |                  |   |   |                   | 70   | 7,70          |
|                    | <b>Киви</b>                                | 100       |       | <b>100</b> |                  |   |   |                   | 270  | 27,00         |
|                    | <b>ИТОГО</b>                               |           |       |            |                  |   |   |                   |      | <b>127,52</b> |
| <b>Третий день</b> |  |           |       |            |                  |   |   |                   |      |               |

|                                  |     |  |            |  |  |  |  |        |               |
|----------------------------------|-----|--|------------|--|--|--|--|--------|---------------|
| <b>Суп пшеничный молочный</b>    |     |  | <b>200</b> |  |  |  |  |        |               |
| молоко                           | 70  |  |            |  |  |  |  | 120    | 8,40          |
| пшено                            | 16  |  |            |  |  |  |  | 79     | 1,26          |
| масло сливочное                  | 2   |  |            |  |  |  |  | 800    | 1,60          |
| соль                             | 2   |  |            |  |  |  |  | 25     | 0,05          |
| <b>Соус картофельный с мясом</b> |     |  | <b>250</b> |  |  |  |  |        |               |
| мясо гов                         | 120 |  |            |  |  |  |  | 660    | 79,20         |
| лук                              | 10  |  |            |  |  |  |  | 45     | 0,45          |
| сметана                          | 10  |  |            |  |  |  |  | 560    | 5,60          |
| масло сливочное                  | 3   |  |            |  |  |  |  | 800    | 2,40          |
| картофель                        | 180 |  |            |  |  |  |  | 50     | 9,00          |
| морковь                          | 5   |  |            |  |  |  |  | 45     | 0,23          |
| томат                            | 3   |  |            |  |  |  |  | 230    | 0,69          |
| соль                             | 2   |  |            |  |  |  |  | 25     | 0,05          |
| <b>Компот из яблок</b>           |     |  | <b>180</b> |  |  |  |  |        |               |
| яблоко                           | 20  |  |            |  |  |  |  | 110    | 2,20          |
| сахар                            | 15  |  |            |  |  |  |  | 89     | 1,34          |
|                                  |     |  |            |  |  |  |  |        |               |
| <b>Хлеб пшеничный</b>            | 110 |  | <b>110</b> |  |  |  |  | 70     | 7,70          |
| <b>Биойогурт</b>                 | 270 |  |            |  |  |  |  | 418,51 | 113,00        |
| <b>Печенье</b>                   | 100 |  | <b>100</b> |  |  |  |  | 190    | 19,00         |
| <b>ИТОГО</b>                     |     |  |            |  |  |  |  |        | <b>252,16</b> |
| <b>Четвертый день</b>            |     |  |            |  |  |  |  |        |               |
| <b>Запеченная рыба</b>           |     |  | <b>90</b>  |  |  |  |  |        |               |
| минтай                           | 130 |  |            |  |  |  |  | 300    | 39,00         |
| томат                            | 5   |  |            |  |  |  |  | 230    | 1,15          |
| соль                             | 2   |  |            |  |  |  |  | 25     | 0,05          |
| масло растительное               | 5   |  |            |  |  |  |  | 180    | 0,90          |
| <b>Картофельное пюре</b>         |     |  | <b>150</b> |  |  |  |  |        |               |
| картофель                        | 180 |  |            |  |  |  |  | 50     | 9,00          |
| масло сливочное                  | 5   |  |            |  |  |  |  | 800    | 4,00          |
| соль                             | 2   |  |            |  |  |  |  | 25     | 0,05          |
| молоко                           | 20  |  |            |  |  |  |  | 120    | 2,40          |
| <b>Чай с сахаром и лимоном</b>   |     |  | <b>200</b> |  |  |  |  |        |               |
| чай                              | 2   |  |            |  |  |  |  | 1150   | 2,30          |
| сахар                            | 15  |  |            |  |  |  |  | 89     | 1,34          |
| лимон                            | 10  |  |            |  |  |  |  | 250    | 2,50          |

|                     |  |     |  |       |  |  |  |     |               |
|---------------------|--|-----|--|-------|--|--|--|-----|---------------|
|                     | Хлеб пшеничный                                 | 110 |  | 110   |  |  |  | 70  | 7,70          |
|                     | Апельсин                                       | 100 |  | 100   |  |  |  | 170 | 17,00         |
|                     | <b>ИТОГО</b>                                   |     |  |       |  |  |  |     | <b>87,39</b>  |
| <b>Пятый день</b>   |  |     |  |       |  |  |  |     |               |
|                     | <b>Биточки куриные</b>                         |     |  | 90    |  |  |  |     |               |
|                     | мясо куриное                                   | 140 |  |       |  |  |  | 230 | 32,20         |
|                     | лук  | 10  |  |       |  |  |  | 45  | 0,45          |
|                     | масло сливочное                                | 2   |  |       |  |  |  | 800 | 1,60          |
|                     | хлеб   | 10  |  |       |  |  |  | 70  | 0,70          |
|                     | соль   | 2   |  |       |  |  |  | 25  | 0,05          |
|                     | молоко   | 12  |  |       |  |  |  | 120 | 1,44          |
|                     | яйцо   | 0,1 |  |       |  |  |  | 13  | 1,30          |
|                     | <b>Соус сметанный</b>                          |     |  | 60    |  |  |  |     |               |
|                     | сметана  | 10  |  |       |  |  |  | 560 | 5,60          |
|                     | мука   | 6   |  |       |  |  |  | 52  | 0,31          |
|                     | масло сливочное                                | 5   |  |       |  |  |  | 800 | 4,00          |
|                     | соль   | 2   |  |       |  |  |  | 25  | 0,05          |
|                     | <b>Пшенка отварная</b>                         |     |  | 150   |  |  |  |     |               |
|                     | пшено  | 35  |  |       |  |  |  | 79  | 2,77          |
|                     | масло сливочное                                | 5   |  |       |  |  |  | 800 | 4,00          |
|                     | соль   | 1   |  |       |  |  |  | 25  | 0,03          |
|                     | <b>Кисель</b>                                  |     |  | 180   |  |  |  |     |               |
|                     | кисель   | 15  |  |       |  |  |  | 250 | 3,75          |
|                     | сахар  | 10  |  |       |  |  |  | 89  | 0,89          |
|                     | <b>Яблоко</b>                                  | 100 |  | 100   |  |  |  | 110 | 11,00         |
|                     | Хлеб пшеничный                                 | 110 |  | 110   |  |  |  | 70  | 7,70          |
|                     | <b>ИТОГО</b>                                   |     |  |       |  |  |  |     | <b>77,83</b>  |
| <b>Шестой день</b>  |  |     |  |       |  |  |  |     |               |
|                     | <b>Мясо индейки отварное в сметанном соусе</b> |     |  | 90/60 |  |  |  |     |               |
|                     | мясо индейки                                   | 130 |  |       |  |  |  | 470 | 61,10         |
|                     | лук репчатый                                   | 8   |  |       |  |  |  | 45  | 0,36          |
|                     | сметана  | 20  |  |       |  |  |  | 560 | 11,20         |
|                     | соль   | 4   |  |       |  |  |  | 25  | 0,10          |
|                     | масло сливочное                                | 5   |  |       |  |  |  | 800 | 4,00          |
|                     | мука   | 5   |  |       |  |  |  | 52  | 0,26          |
|                     | <b>Макаронны отварные</b>                      |     |  | 150   |  |  |  |     |               |
|                     | макаронны                                      | 40  |  |       |  |  |  | 68  | 2,72          |
|                     | масло сливочное                                | 3   |  |       |  |  |  | 800 | 2,40          |
|                     | соль   | 2   |  |       |  |  |  | 25  | 0,05          |
|                     | <b>Компот из яблок</b>                         |     |  | 180   |  |  |  |     |               |
|                     | яблоко   | 20  |  |       |  |  |  | 110 | 2,20          |
|                     | сахар  | 15  |  |       |  |  |  | 89  | 1,34          |
|                     | Хлеб пшеничный                                 | 110 |  | 110   |  |  |  | 70  | 7,70          |
|                     | Апельсин                                       | 100 |  | 100   |  |  |  | 170 | 17,00         |
|                     | <b>ИТОГО</b>                                   |     |  |       |  |  |  |     | <b>110,43</b> |
| <b>Седьмой день</b> |  |     |  |       |  |  |  |     |               |
|                     | <b>Свекла отварная с растительным маслом</b>   |     |  | 60    |  |  |  |     |               |
|                     | свекла   | 75  |  |       |  |  |  | 55  | 2,63          |
|                     | масло растительное                             | 5   |  |       |  |  |  | 180 | 0,75          |



|                                  |     |  |            |  |  |  |  |      |               |
|----------------------------------|-----|--|------------|--|--|--|--|------|---------------|
| <b>Картофельное пюре</b>         |     |  | <b>150</b> |  |  |  |  |      |               |
| картофель                        | 180 |  |            |  |  |  |  | 50   | 9,00          |
| масло сливочное                  | 5   |  |            |  |  |  |  | 800  | 4,00          |
| молоко                           | 20  |  |            |  |  |  |  | 120  | 2,40          |
| соль                             | 2   |  |            |  |  |  |  | 25   | 0,05          |
| <b>Чай с сахаром и лимоном</b>   |     |  | <b>200</b> |  |  |  |  |      |               |
| чай                              | 2   |  |            |  |  |  |  | 1150 | 2,30          |
| сахар                            | 15  |  |            |  |  |  |  | 89   | 1,34          |
| лимон                            | 10  |  |            |  |  |  |  | 250  | 2,50          |
| <b>Хлеб пшеничный</b>            | 110 |  | <b>110</b> |  |  |  |  | 70   | 7,70          |
| <b>Апельсин</b>                  | 100 |  | <b>100</b> |  |  |  |  | 170  | 17,00         |
| <b>ИТОГО</b>                     |     |  |            |  |  |  |  |      | <b>87,39</b>  |
| <b>Десятый день</b>              |     |  |            |  |  |  |  |      |               |
| <b>Соус картофельный с мясом</b> |     |  | <b>250</b> |  |  |  |  |      |               |
| мясо гов                         | 120 |  |            |  |  |  |  | 660  | 79,20         |
| лук                              | 10  |  |            |  |  |  |  | 45   | 0,45          |
| сметана                          | 10  |  |            |  |  |  |  | 560  | 5,60          |
| масло сливочное                  | 3   |  |            |  |  |  |  | 800  | 2,40          |
| картофель                        | 180 |  |            |  |  |  |  | 50   | 9,00          |
| морковь                          | 5   |  |            |  |  |  |  | 45   | 0,23          |
| томат                            | 3   |  |            |  |  |  |  | 230  | 0,69          |
| соль                             | 2   |  |            |  |  |  |  | 25   | 0,05          |
| <b>Компот из яблок</b>           |     |  | <b>180</b> |  |  |  |  |      |               |
| яблоко                           | 20  |  |            |  |  |  |  | 110  | 2,20          |
| сахар                            | 15  |  |            |  |  |  |  | 89   | 1,34          |
| <b>Яблоко</b>                    | 100 |  | <b>100</b> |  |  |  |  | 110  | 11,00         |
| <b>Хлеб пшеничный</b>            | 110 |  | <b>110</b> |  |  |  |  | 70   | 7,70          |
| <b>ИТОГО</b>                     |     |  |            |  |  |  |  |      | <b>119,85</b> |