

Утверждаю

Директор МКОУ «Новоромановская СОШ»



Колесниченко С. В.

Тарумовский район РД

Примерное десятидневное меню
для учащихся 1-4 классов
МКОУ «Новоромановская СОШ»
2020 - 2021г

Первая неделя.

Меню. День 1.

1. Рассольник с курицей.
2. Плов с курицей.
3. Салат из моркови с яблоками.
4. Компот из сухофруктов.
5. Бананы.
6. Кексы.
7. Хлеб

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Курица	60гр.+50гр.	165,00	18,15
2.	Картофель	60гр.	34,00	2,04
3.	Перловка	8гр.	50,00	0,40
4.	Лук	3гр.+10гр.	24,00	0,31
5.	Морковь	5 гр.+10гр.+30гр.	34,00	1,59
6.	Растительное масло	4гр.+8гр.	135,00	1,62
7.	Рис	34 гр.	65,00	2,21
8.	Соль	0,003	10,00	0,03
9.	Яблоки	0,020	80,00	1,6
10.	Сметана	0,006	255,00	1,55
11.	Сухофрукты	0,015	300,00	4,5
12.	Сахар	0,015	52,00	0,78
13.	Бананы	0,180	95,00	17,10
14.	Кекс	0,035	200,00	7,00
15.	Хлеб	0,050	44,00	2,2
16.				
17.			ИТОГО:	61,00

Первая неделя.

Меню. День 2.

1. Суп картофельный с курицей.
2. Пшеничная каша.
3. Голубцы.
4. Яйцо.
5. Сок.
6. Яблоко.
7. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Курица	0,050	165,00	8,25
2.	Картофель	0,100	34,00	3,40
3.	Лук	0,004	24,00	0,96
4.	Морковь	0,004	34,00	0,14
5.	Растительное масло	0,004	135,00	0,54
6.	Пшеничная крупа	0,030	50,00	1,50
7.	Масло сливочное	0,007	610,00	4,27
8.	Капуста	0,020	20,00	0,40
9.	Фарш	0,032	350,00	11,20
10.	Рис	0,004	65,00	0,26
11.	Яйцо	1	8,00	8,00
12.	Сок	0,200	70,00	14,00
13.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
14.	Яблоко	0,070	80,00	5,60
15.	Соль	0,028	10,00	0,28
			ИТОГО:	61,00

Первая неделя.

Меню. День 3.

1. Суп молочный с рисом.
2. Пшеничная каша.
3. Тефтели в сметано-томатном соусе.
4. Йогурт.
5. Сыр.
6. Чай.
7. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Молоко	0,100	80,00	8,00
2.	Рис	0,010	65,00	0,65
3.	Сахар	0,016,5	52,00	0,78
4.	Масло сливочное	0,007	610,00	4,27
5.	Пшеничная крупа	0,030	50,00	1,50
6.	Фарш	0,030	350,00	10,50
7.	Лук	0,010	24,00	0,24
8.	Яйцо	1	8,00	8,00
9.	Томат	0,003	160,00	0,48
10.	Сметана	0,005	255,00	1,275
11.	Растительное масло	0,002	135,00	0,27
12.	Йогурт	0,001	20,00	20,00
13.	Сыр	0,022	450,00	9,90
14.	Чай	0,001	850,00	0,85
15.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
16.	Соль	0,008	10,00	0,085
17.			ИТОГО:	61,00

Первая неделя.

Меню. День 4.

1. Борщ с капустой и картофелем.
2. Гречневая каша.
3. Котлета.
4. Сок.
5. Сыр.
6. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Свекла	0,040	33,00	1,32
2.	Капуста	0,020	20,00	0,40
3.	Картофель	0,020	34,00	0,68
4.	Лук	0,005	24,00	0,12
5.	Морковь	0,005	34,00	0,17
6.	Растительное масло	0,006	135,00	1,08
7.	Гречка	0,040	80,00	3,20
8.	Масло сливочное	0,010	610,00	6,10
9.	Фарш	0,040	350,00	14,00
10.	Сок	0,200	70,00	14,00
11.	Сыр	0,030	460,00	13,80
12.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
13.	Яйцо	1	8,00	0,67
14.	Соль	0,032	10,00	3,25
			ИТОГО:	61,00

Первая неделя.

Меню. День 5.

1. Суп гороховый.
2. Макароны с котлетой.
3. Свекольный салат.
4. Какао.
5. Кекс.
6. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Курица	0,050	165,00	8,25
2.	Картофель	0,060	34,00	2,04
3.	Горох	0,015	70,00	1,05
4.	Лук	0,010	24,00	0,24
5.	Морковь	0,010	34,00	0,34
6.	Р/масло	0,006	135,00	0,81
7.	Макароны	0,040	70,00	2,80
8.	Масло сливочное	0,007	610,00	4,27
9.	Фарш	0,040	350,00	14,00
10.	Яйцо	1	8,00	0,70
11.	Свекла	0,030	33,00	0,99
12.	Сметана	0,007	255,00	1,78
13.	Кекс	0,035	200,00	7,00
14.	Какао	0,001	625,00	6,25
15.	Молоко	0,100	80,00	8,00
16.	Сахар	0,015	52,00	0,78
17.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
			ИТОГО:	61,00

Первая неделя.

Меню. День 6.

1. Суп картофельный с курицей.
2. Пшеничная каша с сарделькой.
3. Салат из свежей капусты.
4. Яблоко.
5. Сок.
6. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Курица	0,50	165,00	8,25
2.	Картофель	0,100	34,00	3,40
3.	Лук	0,005	24,00	0,12
4.	Морковь	0,015	34,00	0,51
5.	Р/масло	0,004	135,00	0,54
6.	Пшеничная крупа	0,030	50,00	1,50
7.	Масло сливочное	0,007	610,00	4,27
8.	Сарделька	0,050	320,00	16,00
9.	Капуста	0,040	20,00	0,80
10.	Зеленый горошек	0,012	130,00	1,56
11.	Сметана	0,010	255,00	2,55
12.	Яблоко	0,110	80,00	8,80
13.	Сок	0,200	70,00	14,00
14.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
17.			ИТОГО:	61,00

Вторая неделя.

Меню. День 1.

8. Суп картофельный с мясными фрикадельками.

9. Омлет с сарделькой.

10. Салат из моркови с яблоками.

11. Чай.

12. Печенье.

13. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Картофель	0,100	34,00	3,40
2.	Лук	0,005	240,,	0,12
3.	Морковь	0,040	34,00	1,36
4.	Р/масло	0,004	135,00	0,54
5.	Томат	0,007	160,00	1,12
6.	Фарш	0,052	350,00	18,20
7.	Яйцо	1	8,00	8,67
8.	Сарделька	0,050	320,00	16,00
9.	Яблоки	0,020	80,00	1,60
10.	Сметана	0,007	255,00	1,79
11.	Чай	0,001	850,00	0,85
12.	Сахар	0,015	52,00	0,78
13.	Печенье	0,030	145,00	4,35
14.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
15.	Соль	0,002	10,00	0,02
17.			ИТОГО:	61,00

Вторая неделя.

Меню. День 2.

1. Суп крестьянский с ячневой крупой и куриным мясом.
2. Гречневая каша.
3. Тефтели в сметано-томатном соусе.
4. Винегрет.
5. Компот из сухофруктов.
6. Яблоки.
7. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Курица	0,050	165,00	8,25
2.	Картофель	0,040	34,00	1,36
3.	Ячневая крупа	0,010	55,00	0,55
4.	Лук	0,015	24,00	0,36
5.	Р/масло	0,004	135,00	0,54
6.	Морковь	0,005	34,00	0,17
7.	Гречка	0,040	80,00	3,20
8.	Масло сливочное	0,007	610,00	4,27
9.	Фарш	0,050	350,00	17,50
10.	Рис	0,005	65,00	0,325
11.	Свекла	0,015	33,00	0,495
12.	Огурцы соленые	0,010	150,00	1,500
13.	Зеленый горошек	0,008	130,00	1,04
14.	Томат	0,006	160,00	0,96
15.	Сметана	0,007	255,00	1,785
16.	Сухофрукты	0,015	300,00	4,500
17.	Сахар	0,015	52,00	0,78
18.	Яблоки	0,139	80,00	11,12
19.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
20.	Соль	0,009	10,00	0,09
			ИТОГО:	61,00

Вторая неделя.

Меню. День 3.

8. Суп молочный с рисом.
9. Пшеничная каша.
10. Тефтели в сметано-томатном соусе.
11. Йогурт.
12. Печенье.
13. Чай.
14. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Молоко	0,100	80,00	8,00
2.	Рис	0,010	65,00	0,65
3.	Сахар	0,016,5	52,00	0,78
4.	Масло сливочное	0,007	610,00	4,27
5.	Пшеничная крупа	0,030	50,00	1,50
6.	Фарш	0,030	350,00	14,00
7.	Лук	0,010	24,00	0,24
8.	Яйцо	1	8,00	8,00
9.	Томат	0,003	160,00	0,64
10.	Сметана	0,005	255,00	1,275
11.	Растительное масло	0,002	135,00	0,27
12.	Йогурт	0,001	20,00	20,00
13.	Печенье	0,040	145,00	5,80
14.	Чай	0,001	850,00	0,85
15.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
17.			ИТОГО:	61,00

Вторая неделя.

Меню. День 4.

7. Борщ с капустой и картофелем.

8. Гречневая каша.

9. Котлета.

10. Сок.

11. Сыр.

12. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Свекла	0,030	33,00	0,99
2.	Капуста	0,020	20,00	0,40
3.	Картофель	0,020	34,00	0,68
4.	Лук	0,015	24,00	0,36
5.	Морковь	0,005	34,00	0,17
6.	Растительное масло	0,006	135,00	0,81
7.	Гречка	0,040	80,00	3,20
8.	Масло сливочное	0,010	610,00	6,10
9.	Фарш	0,040	350,00	14,00
10.	Сок	0,200	70,00	14,00
11.	Сыр	0,035	460,00	16,10
12.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
13.	Яйцо	1	8,00	0,67
14.	Соль	0,036	10,00	0,36
15.	Томат	0,006	160,00	0,96
			ИТОГО:	61,00

Вторая неделя.

Меню. День 5.

1. Суп картофельный с курицей.
2. Плов.
3. Салат из свеклы с зеленым горошком.
4. Какао.
5. Пряник
6. Сгущенка.
7. Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Курица	0,100	165,00	16,50
2.	Картофель	0,100	34,00	3,40
3.	Лук	0,019	24,00	0,46
4.	Морковь	0,015	34,00	0,51
5.	Р/масло	0,016	135,00	2,16
6.	Рис	0,035	65,00	2,27
7.	Свекла	0,040	33,00	1,32
8.	Горошек	0,020	130,00	2,60
9.	Какао	0,001	625,00	6,25
10.	Молоко	0,100	80,00	8,00
11.	Сахар	0,015	52,00	0,78
12.	Сгущенка	0,050	160,00	8,80
13.	Пряник	0,060	110,00	6,60
14.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
17.				
			ИТОГО:	61,00

Вторая неделя.

Меню. День 6.

- 1.Суп гороховый.
- 2.Макароны с котлетой.
- 3.Свекольный салат.
- 4.Какао.
- 5.Бананы.
- 6.Хлеб.

Калькуляция

№	Наименование продуктов питания	Грамм/штука на ребенка	Цена руб./коп	Сумма руб/коп
1.	Курица	0,050	165,00	8,25
2.	Картофель	0,070	34,00	2,38
3.	Горох	0,016	70,00	1,12
4.	Лук	0,005	24,00	0,60
5.	Морковь	0,010	34,00	0,34
6.	Р/масло	0,008	135,00	1,08
7.	Макароны	0,040	70,00	2,80
8.	Масло сливочное	0,007	610,00	4,27
9.	Фарш	0,040	350,00	14,00
10.	Соль	0,066	10,00	0,66
11.	Свекла	0,030	33,00	0,99
12.	Сметана	0,007	255,00	1,78
13.	Банан	0,115	95,00	10,92
14.	Какао	0,001	625,00	0,65
15.	Молоко	0,110	80,00	8,80
16.	Сахар	0,015	52,00	0,78
17.	Хлеб	0,050	44,00	2,20
			ИТОГО:	61,00

