



Искакова А.К.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
бесплатного горячего питания учащихся из
социально не защищенных слоев населения

КГУ "Шакатской СОШ, Павлодарского района"

2023-2024 учебный год

1-11 классов

(осень-зима)

I неделя

I-ый день

Наименование блюда	Выход/гр.		Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	6-11 лет	11-18 лет		кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Борщ	200	250	капуста	0,05	150	7,5	0,06	150	9
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
			картофель	0,05	150	7,5	0,065	150	9,75
свекла	0,035	187	6,545	0,035	187	6,545			
итого					127,269			147,374	
Салат морковный	60	80	морковь	0,08	160	12,8	0,1	160	16
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
итого					17,85			21,05	
Плов (мясо кур)	150/50	200/50	куры	0,13	1500	195	0,16	1500	240
			масло растительное	0,01	1010	10,1	0,01	1010	10,1
			морковь	0,025	160	4	0,04	160	6,4
			лук репчатый	0,02	187	3,74	0,03	187	5,61
			рис	0,05	640	32	0,065	640	41,6
			масло сливочное	0,006	1312	7,872	0,008	1312	10,496
итого					252,712			314,206	
мед пчелинный	10	10	мед пчелинный	0,01	3200	32	0,01	3200	32
сок	200	200	сок	0,2	300	60	0,2	300	60
яблоко	200	200	яблоко	0,2	525	105	0,2	525	105
итого						197		197	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого						6,2		9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						583,181			667,88
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ								625,5305	

1 неделя

2-ой день

Наименование блюда	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
суп рисовый на к/б	200	250	рис	0,01	640	6,4	0,015	640	9,6
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,03	1010	30,3
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			картофель	0,06	150	9	0,08	150	12
итого					121,124			168,929	
Салат из свекла с маслом растительным	60	100	свекла	0,08	187	14,96	0,12	187	22,44
			масло растительное	0,004	1010	4,04	0,005	1010	5,05
итого					19			27,49	
Жаркое по-домашнему	220	250	говядина	0,08	2924	233,92	0,09	2924	263,16
			картофель	0,26	150	39	0,28	150	42
			лук репчатый	0,025	187	4,675	0,03	187	5,61
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			масло сливочное	0,006	1312	7,872	0,008	1312	10,496
			морковь	0,03	160	4,8	0,04	160	6,4
итого					300,142			337,541	
Кисель	200	200	кисель	0,2	1100	220	0,2	1100	220
			сахар	0,017	700	11,9	0,017	700	11,9
			итого					231,9	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого					6,2			9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						678,366			
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ						722,113			

1 неделя

3-ий день

Наименование блюда	Выход/гр.		Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	6-11 лет	11-18 лет		кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
суп гороховый	250	300	горох	0,02	293	5,86	0,03	293	8,79
			картофель	0,06	150	9	0,08	150	12
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
итого					115,759			138,044	
салат из капусты с морковью и маслом растительным	60	100	капуста	0,08	150	12	0,1	150	15
			морковь	0,02	160	3,2	0,04	160	6,4
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
итого					20,25			26,45	
Котлета мясная	220	250	говядина	0,08	2924	233,92	0,1	2924	292,4
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			яйцо	0,005	60	0,3	0,005	60	0,3
			лук репчатый	0,0015	187	0,2805	0,002	187	0,374
			хлеб пшеничный	0,02	155	3,1	0,03	155	4,65
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
гарнир макароны	100	150	макароны	0,05	476	23,8	0,07	476	33,32
			масло сливочное	0,006	1312	7,872	0,008	1312	10,496
итого					276,0475			346,765	
Яблоко	200	200	яблоко	0,2	525	105	0,2	525	105
Компот	200	200	сухофрукты	0,02	700	14	0,04	700	28
			сахар	0,017	700	11,9	0,017	700	11,9
итого					130,9			144,9	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого					6,2			9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						542,9565			
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ						599,55775			

1 неделя

4-ый день

Наименование блюда	Выход/гр.		Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	6-11 лет	11-18 лет		кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Рассольник	200	250	крупа пшеничная	0,02	293	5,86	0,03	293	8,79
			картофель	0,06	150	9	0,08	150	12
			огурцы соленые	0,02	670	13,4	0,025	670	16,75
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2			
итого					133,984			159,619	
Рыба припущенная с соусом	80	100	минтай	0,13	1596	207,48	0,14	1596	223,44
			лук репчатый	0,015	147	2,205	0,02	147	2,94
			сметана	0,01	1500	15	0,01	1500	15
			мука пшеничная	0,003	305	0,915	0,005	305	1,525
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05			
Рис	100	150	рис	0,05	640	32	0,07	640	44,8
			масло сливочное	0,006	1312	7,872	0,008	1312	10,496
итого					272,922			306,451	
Яблоко	200	200	яблоко	0,2	525	105	0,2	525	105
Чай сладкий	200	200	чай	0,02	5100	102	0,02	5100	102
			сахар	0,015	700	10,5	0,015	700	10,5
итого					217,5			217,5	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого					6,2			9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						630,606			692,87
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ									661,738

1 неделя

5-ый день

Наименование блюда	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
суп вермишелевый	200	250	вермишель	0,02	476	9,52	0,04	476	19,04
			картофель	0,06	150	9	0,08	150	12
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
итого					124,244			153,119	
салат витаминный	60	100	капуста	0,03	150	4,5	0,05	150	7,5
			морковь	0,02	160	3,2	0,04	160	6,4
			яблоко	0,025	525	13,125	0,03	525	15,75
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
итого					25,875			34,7	
гуляш	100	120	говядина	0,08	2924	233,92	0,09	2924	263,16
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			лук репчатый	0,01	187	1,87	0,015	187	2,805
			морковь	0,01	160	1,6	0,015	160	2,4
			пшеничная мука	0,003	305	0,915	0,003	305	0,915
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			гречневая крупа	0,05	708	35,4	0,06	708	42,48
гарнир гречка	100	150	гречневая крупа	0,05	708	35,4	0,06	708	42,48
			масло сливочное	0,006	1312	7,872	0,008	1312	10,496
итого					291,452			332,131	
Био С	200	200	био с	0,2	710	142	0,2	710	142
итого						142		142	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого						6,2		9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						589,771			671,25
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ							630,5105		

1-ый день

Наименование блюда	Выход/гр.		Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	6-11 лет	11-18 лет		кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Суп с макаронными изделиями	200	250	макароны	0,02	476	9,52	0,025	476	11,9
			картофель	0,06	150	9	0,08	150	12
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74			
итого					119,419			141,154	
салат морковный	60	100	морковь	0,08	160	5,05	0,1	160	16
			масло растительное	0,005	1010	90,644	0,005	1010	5,05
итого					95,694			21,05	
Плов	150/50	200/50	говядина	0,13	2924	380,12	0,15	2924	438,6
			масло растительное	0,005	1010	12,8	0,005	1010	5,05
			морковь	0,03	160	5,05	0,03	160	4,8
			лук репчатый	0,02	187	3,74	0,02	187	3,74
			рис	0,05	640	380,12	0,07	640	44,8
масло сливочное	0,006	1312	5,05	0,008	1312	10,496			
итого					786,88			507,486	
мед пчелиный	10	10	мед пчелиный	0,01	3200	32	0,01	3200	32
Чай сладкий	200	200	чай	0,002	5100	10,2	0,002	5100	10,2
			сахар	0,015	700	10,5	0,015	700	10,5
итого					52,7			52,7	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого					6,2			9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						1054,693			722,39
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ								888,5415	

2 неделя

2-ой день

Наименование блюда	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Суп овощной	200	250	капуста	0,05	150	7,5	0,07	150	10,5
			картофель	0,06	150	9	0,08	150	12
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			горошек консервный зеленый	0,01	500	5	0,02	500	10
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
Салат из свеклы с маслом растительным	60	100	лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
			свекла	0,07	187	13,09	0,09	187	16,83
			масло растительное	0,004	1010	4,04	0,005	1010	5,05
итого					139,529			171,634	
судачи	100	120	говядина	0,08	2924	233,92	0,1	2924	292,4
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			лук репчатый	0,01	187	1,87	0,02	187	3,74
			морковь	0,01	160	1,6	0,02	160	3,2
			пшеничная мука	0,003	305	0,915	0,003	305	0,915
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
гарнир гречка	100	150	гречневая крупа	0,05	708	35,4	0,07	708	49,56
			масло сливочное	0,006	1312	7,872	0,008	1312	10,496
итого					291,452			370,186	
яблоко	200	200	яблоко	0,2	525	105	0,2	525	105
сок	200	200	сок	0,2	300	60	0,2	300	60
итого						165			165
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого						6,2			9,3
ИТОГО СТОИМОСТЬ						602,181			716,12
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ								659,1505	

2 неделя

3-ий день

Наименование блюда	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр.			кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
суп гороховый	250	300	горох	0,02	293	5,86	0,03	293	8,79
			картофель	0,06	150	9	0,08	150	12
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
итого					115,759			138,044	
салат морковный	60	100	морковь	0,08	160	5,05	0,1	160	16
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
итого					10,1			21,05	
Курица с подливом	120	150	мясо кур	0,13	1500	195	0,15	1500	225
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			морковь	0,01	160	1,6	0,02	160	3,2
			лук репчатый	0,01	187	1,87	0,02	187	3,74
			мука пшеничная	0,003	305	0,915	0,003	305	0,915
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
гарнир капуста тушенная	120	170	морковь	0,03	160	4,8	0,05	160	8
			капуста свежая	0,25	150	37,5	0,3	150	45
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
итого					256,61			300,78	
мед пчелиный	10	10	мед пчелиный	0,01	3200	32	0,01	3200	32
Компот	200	200	сухофрукты	0,02	700	14	0,04	700	28
			сахар	0,015	700	10,5	0,017	700	11,9
итого					56,5			71,9	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого					6,2			9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						445,169			
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ							493,1215		

2 неделя

4-ый день

Наименование блюда	Выход/гр.		Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	6-11 лет	11-18 лет		кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Рассольник	200	250	крупа перловая	0,02	293	5,86	0,03	293	8,79
			картофель	0,06	150	9	0,08	150	12
			огурцы соленые	0,02	670	13,4	0,025	670	16,75
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
итого					133,984			159,619	
котлеты рыбные	75/5	95/5	минтай	0,14	1596	223,44	0,16	1596	255,36
			хлеб пшеничный	0,015	155	2,325	0,02	155	3,1
			лук репчатый	0,02	187	3,74	0,03	187	5,61
			молоко	0,03	300	9	0,05	300	15
			сухари	0,007	500	3,5	0,009	500	4,5
			яйцо	0,05	60	3	0,07	60	4,2
гарнир рис	100	150	масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			рис	0,05	640	32	0,07	640	44,8
			масло сливочное	0,006	1312	7,872	0,008	1312	10,496
итого					289,927			348,116	
Яблоко	200	200	яблоко	0,2	525	105	0,2	525	105
Кисель	200	200	кисель	0,2	700	140	0,2	700	140
			сахар	0,015	700	10,5	0,015	700	10,5
итого					255,5			255,5	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого					6,2			9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						685,611			772,535
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ									729,073

2 неделя

5-ый день

Наименование блюда	6-11 лет Выход/гр.	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
				кол-во	цена	сумма	кол-во	цена	сумма
Борщ	200	250	капуста	0,05	150	7,5	0,06	150	9
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			морковь	0,015	160	2,4	0,02	160	3,2
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,02	187	3,74
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
			говядина	0,031	2924	90,644	0,036	2924	105,264
			картофель	0,05	150	7,5	0,065	150	9,75
			свекла	0,035	187	6,545	0,035	187	6,545
итого					127,269			147,374	
салат витаминный	60	100	капуста	0,03	150	4,5	0,05	150	7,5
			морковь	0,02	160	3,2	0,04	160	6,4
			яблоко	0,025	525	13,125	0,03	525	15,75
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
итого					25,875			34,7	
Азу	200	250	говядина	0,08	2924	233,92	0,1	2924	292,4
			морковь	0,015	160	2,4	0,2	160	32
			лук репчатый	0,015	187	2,805	0,2	187	37,4
			томатная паста	0,005	965	4,825	0,005	965	4,825
			соленый огурец	0,02	670	13,4	0,03	670	20,1
			масло сливочное	0,006	1312	7,872	0,008	1312	10,496
			картофель	0,25	150	37,5	0,3	150	45
			масло растительное	0,005	1010	5,05	0,005	1010	5,05
итого					307,772			447,271	
Био с	200	200	био с	0,2	710	142	0,2	710	142
яблоко	200	200	яблоко	0,2	525	105	0,2	525	105
итого					247			247	
хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	0,04	155	6,2	0,06	155	9,3
итого					6,2			9,3	
ИТОГО СТОИМОСТЬ						714,116			885,645
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ							799,8805		