



**Ежедневное меню МКОУ «Ингишинская СОШ»**

Утверждаю директор  
МКОУ «Ингишинская СОШ»  
Ахкубегов А.Х.

**2 неделя**

**Четверг.**

№	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп фасолевый	200	2	3	5	135	11	39
2	Пюре	150	5	13	36	282	50	321
3	Котлеты из говядины	90	6	6	5	158	2	282
4	Салат из свеклы и маркови.	60	3	4	6	56	5	33
5	Яблоки	100			10	41	10	368
6	Компот.	200			10	82		376
7	Хлеб	100	2	1	15	77	5	1
<b>Итого коллорий за день</b>						<b>831</b>		

**Расход продуктов на одного ребенка за «9» / 11 2023 г.**

№п/п	Наименование Продуктов	Норма продуктов на 1 чел.	Закупочная	Число довольству ющихся с 1-4 классов.	Всего	Всего
			цена продуктов на одного человека.		Продуктов	цена
		Кг.	Рубль.	Человек	Кг.	Рубль.
1	Картофель	0,15	35	20	3	105
2	Лук	0,01	20	20	0,2	4
3	Морковь	0,05	45	20	1	45
4	Масло сливочное	0,008	850	20	0,16	136
5	Говядина	0,06	550	20	1,2	660
6	Томат	0,004	280	20	0,08	22,4
7	Хлеб	0,105	62	20	2,1	130,2
8	Масло растительное	0,005	150	20	0,1	15
9	Яблоки	0,1	80	20	2	160
10	Сухофрукты	0,014	300	20	0,28	84
11	Сахар	0,012	80	20	0,24	19,2
12	Свекла	0,04	40	20	0,8	32
13	Мука	0,004	40	20	0,08	3,2
14	Соль	0,003	25	20	0,06	1,5
15	Фасоль	0,02	240	20	0,4	96
16	Молоко	0,035	105	20	0,7	73,5
17					0	0
18						0
<b>ИТОГО:</b>						<b>1587</b>

Мед. сестра: \_\_\_\_\_

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_



**Ежедневное меню МКОУ «Ингишинская СОШ»**

Утверждаю директор  
МКОУ «Ингишинская СОШ»  
Ахкубегов А.Х.

2 неделя

**Вторник.**

Пр нем пи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецепт
			Белки	Жири	Углеводы			
1	Суп рисовый	200	5	7	12	140	6	52
2	Каша гречневая	135	8	8	30	149	19	168
3	Гуляш из курицы	90	14	17	7	168		50
4	Салат из капусты и зеленого гороха	60	1	5	5	52	14	20
5	Банан	100	2	1	21	96	11	36
6	Сок натуральный	200	1		25	110	8	39
7	Хлеб	100	2	1	15	77	5	
<b>Итого коллорий за день</b>						<b>792</b>		

**Расход продуктов на одного ребенка за « 8 » 202-3 г.**

№п /п	Наименование Продуктов	Норма продуктов на 1 чел.	Закупочная	Число довольству ющихся с 1- 4 классов.	Всего	Всего
			цена продуктов на одного человека.		Продуктов	цена
		Кг.	Рубль.	Человек	Кг.	Рубль.
1	Картофель	0,071	35	20	1,42	49,7
2	Лук	0,027	20	20	0,54	10,8
3	Морковь	0,03	45	20	0,6	27
4	Масло сливочное	0,008	850	20	0,16	136
5	Гречка	0,045	85	20	0,9	76,5
6	Томат	0,004	280	20	0,08	22,4
7	Рис	0,017	130	20	0,34	44,2
8	Курица	0,06	280	20	1,2	336
9	Хлеб	0,1	62	20	2	124
10	Масло растительное	0,008	150	20	0,16	24
11	Яблоко	0,1	80	20	2	199,2
12	Сок натуральный	0,2	100	20	4	400
13	Сахар	0,002	80	20	0,04	3,2
14	Капуста	0,04	45	20	0,8	36
15	Горошек зеленый	0,007	130,77	20	0,14	18,3078
16	Соль	0,003	25	20	0,06	1,5
17	Мука	0,004	40	20	0,08	3,2
18						0
<b>ИТОГО:</b>						1512,0078

Мед. сестра: \_\_\_\_\_

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню МКОУ «Ингишинская СОШ»**

Утверждаю директор  
МКОУ «Ингишинская СОШ»  
\_\_\_\_\_ Ахкубегов А.Х.

**2неделя**

Суббота.								
№	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецепта
			Белки	Жири	Углеводы			
1	Щи или Борщ	200	2	4	12	110	19	61
2	Макаронь отварные с	150	5	9	30	213	3	204
3	Гуляш из говядины	90	12	9	7	162		277
4	Салат из капусты и зеленого гороха.	60	1	5	5	52	14	20
5	Банан	100	2	1	21	96	11	368
6	Кисель	200			24	103		376
7	Хлеб	100	2	1	15	77	5	1
<b>Итого коллорий за день</b>						<b>820</b>		

**Расход продуктов на одного ребенка за «    » 202 г.**

№п/п	Наименование Продуктов	Норма продуктов на 1 чел.	Закупочная цена продуктов на одного человека.	Число довольствующихся с 1-4 классов.	Всего	
					Продуктов	цена
		Кг.	Рубль.	Человек	Кг.	Рубль.
1	Картофель	0,08	35	13	1,04	36,4
2	Лук	0,02	20	13	0,26	5,2
3	Морковь	0,03	45	13	0,39	17,55
4	Масло сливочное	0,008	850	13	0,104	88,4
5	Говядина	0,06	550	13	0,78	429
6	Томат	0,0037	280	13	0,0481	13,468
7	Хлеб	0,1	62	13	1,3	80,6
8	Масло растительное	0,05	150	13	0,65	97,5
9	Яблоко	0,1	80	13	1,3	104
10	Кисель	0,014	250	13	0,182	45,5
11	Сахар	0,013	80	13	0,169	13,52
12	Капуста	0,04	45	13	0,52	23,4
13	Горошек зеленый	0,007	130,77	13	0,091	11,90007
14	Соль	0,003	25	13	0,039	0,975
15	Макаронь	0,035	70	13	0,455	31,85
16	Сметана	0,009	350	13	0,117	40,95
17					0	0
18						0
<b>ИТОГО:</b>						1040,21307

Мед. сестра: \_\_\_\_\_

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

Ежедневное меню МКОУ «Ингишинская СОШ»

Утверждаю директор  
МКОУ «Ингишинская СОШ»  
Ахкубегов А.Х.

2неделя

Четверг.

№	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецепта
			Белки	Жири	Углеводы			
1	Суп фасолевый	200	2	3	5	135	11	39
2	Пюре	150	5	13	36	282	50	321
3	Котлеты из говядины	90	6	6	5	158	2	282
4	Салат из свеклы и маркови.	60	3	4	6	56	5	33
5	Яблоки	100			10	41	10	368
6	Компот.	200			10	82		376
7	Хлеб	100	2	1	15	77	5	1
<b>Итого коллорий за день</b>						<b>831</b>		

Расход продуктов на одного ребенка за « » 202 г.

№п/п	Наименование Продуктов	Норма продуктов на 1 чел.	Закупочная цена продуктов на одного человека.	Число довольству ющихся с 1-4 классов.	Всего	
					Продуктов	Всего цена
		Кг.	Рубль.	Человек	Кг.	Рубль.
1	Картофель	0,15	35	20	3	105
2	Лук	0,01	20	20	0,2	4
3	Морковь	0,05	45	20	1	45
4	Масло сливочное	0,008	850	20	0,16	136
5	Говядина	0,06	550	20	1,2	660
6	Томат	0,004	280	20	0,08	22,4
7	Хлеб	0,105	62	20	2,1	130,2
8	Масло растительное	0,005	150	20	0,1	15
9	Яблоки	0,1	80	20	2	160
10	Сухофрукты	0,014	300	20	0,28	84
11	Сахар	0,012	80	20	0,24	19,2
12	Свекла	0,04	40	20	0,8	32
13	Мука	0,004	40	20	0,08	3,2
14	Соль	0,003	25	20	0,06	1,5
15	Фасоль	0,02	240	20	0,4	96
16	Молоко	0,035	105	20	0,7	73,5
17					0	0
18						0
<b>ИТОГО:</b>						1587

Мед. сестра: \_\_\_\_\_

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню МКОУ «Ингишинская СОШ»**

Утверждаю директор  
МКОУ «Ингишинская СОШ»  
Ахжубегов А.Х.

**2неделя**

**Пятница.**

№	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп чечевичный	200	2	3	5	127	11	39,1
2	Каша рисовая	135	8	8	37	222	21	168
3	Гуляш из курицы	90	14	17	7	168		56
4	Салат из свеклы и маркови.	60	3	4	6	56	5	33
5	Яблоки	100			10	41	10	368
6	Чай	200				50		391
7	Хлеб	100	2	1	15	77	5	1
<b>Итого коллорий за день</b>						<b>741</b>		

**Расход продуктов на одного ребенка за « » 202 г.**

№п/п	Наименование Продуктов	Норма продуктов на 1 чел.	Закупочная цена продуктов на одного человека.	Число довольству ющихся с 1- 4 классов.	Всего	
					Продуктов	цена
		Кг.	Рубль.	Человек	Кг.	Рубль.
1	Картофель	0,08	35	20	1,6	56
2	Лук	0,0222	20	20	0,444	8,88
3	Морковь	0,065	45	20	1,3	58,5
4	Масло сливочное	0,008	850	20	0,16	136
5	Чечевица	0,025	150	20	0,5	75
6	Томат	0,004	280	20	0,08	22,4
7	Рис	0,04	130	20	0,8	104
8	Курица	0,06	280	20	1,2	336
9	Хлеб	0,1	62	20	2	124
10	Масло растительное	0,008	150	20	0,16	24
11	Яблоки	0,1	80	20	2	160
12	Чай	0,001	1300	20	0,02	26
13	Свекла	0,035	40	20	0,7	28
14	Мука	0,004	40	20	0,08	3,2
15	Соль	0,003	25	20	0,06	1,5
16	Сахар	0,012	80	20	0,24	19,2
17					0	0
18						0
<b>ИТОГО:</b>						1182,68

Мед. сестра: \_\_\_\_\_

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

Ежедневное меню МКОУ «Ингишинская СОШ»

Утверждаю директор  
МКОУ «Ингишинская СОШ»  
Ахкубегов А.Х.

2неделя

Среда.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп гороховый	200	8	2	23	140	6	214
2	Каша перловая	150	8	8	37	259	21	169
3	Гуляш из говядины	90	12	9	7	162		277
4	Салат из капусты и кукурузы консервир.	60	1	5	5	52	14	20
5	Яблоки	100			10	41	10	368
6	Кисель <i>сезон.</i>	200			24	103		376
7	Хлеб	100	2	1	15	77	5	1
<b>Итого коллорий за день</b>						<b>834</b>		

Расход продуктов на одного ребенка за «8» 11 2023 г.

№п/п	Наименование Продуктов	Норма продуктов на 1 чел.	Закупочная	Число довольству ющихся с 1-4 классов.	Всего	Всего
			цена продуктов на одного человека.		Продуктов	цена
		Кг.	Рубль.	Человек	Кг.	Рубль.
1	Картофель	0,046	35	20	0,92	32,2
2	Лук	0,02	20	20	0,4	8
3	Морковь	0,025	45	20	0,5	22,5
4	Масло сливочное	0,008	850	20	0,16	136
5	Говядина	0,06	550	20	1,2	660
6	Томат	0,003	280	20	0,06	16,8
7	Хлеб	0,1	62	20	2	124
8	Масло растительное	0,008	150	20	0,16	24
9	Яблоки	0,1	80	20	2	160
10	Кисель	0,014	250	20	0,28	70
11	Сахар	0,005	80	20	0,1	8
12	Капуста	0,04	45	20	0,8	36
13	Кукуруза консервированная	0,007	191,17	20	0,14	26,7638
14	Соль	0,003	25	20	0,06	1,5
15	Перловка	0,045	70	20	0,9	63
16	Горох	0,02	70	20	0,4	28
17	Мука	0,004	40	20	0,08	3,2
18						0
<b>ИТОГО:</b>						<b>1419,9638</b>

Мед. сестра: \_\_\_\_\_

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_