



Утверждаю:

Директор ГБОУ «Гимназия №1

г. Магтобек им. С. Чаккиева»

З.У. Булгучева

Меню обедов

Понедельник:							
1. Суп картофельный с крупой - 200							
2. Рыба припущенная - 80							
3. Картофельное пюре/подлива - 150/50							
4. Компот из сухофруктов -200							
5. Хлеб пшеничный -80							
6. Салат капустный - 60							
№	Наименование продуктов	Количество продуктов					
		Брутто:	Нетто :				
1	Рыба	90	80				
2	Картофель	205	170				
3	Молоко	20	20				
4	Хлеб в ассортименте	80	80				
5	Сухофрукты	10	10				
6	Сахар	20	20				
7	Масло подсолнечное	13	13				
8	Капуста	70	50				
9	Лук репчатый	19	17				
10	Морковь	45	40				
11	Масло сливочное	5	5				
12	Томат	3	3				
13	Зелень	3	3				
14	Соль	3	3				
15	рис	5	5				
Вторник:							
1. Борщ со сметаной 200/10		сметаной 200/10					
2. Котлеты из индейки -90							
3. Макароны отварные с подливой 145 /50							

4.Чай с лимоном 200/5		70	50			
5.Хлеб в ассортименте 80		15	15			
6.Салат свекольный 60						
№	Наименование продуктов	Количество продуктов				
		Брутто:	Нетто :			
1	Мясо индейки	100	90			
2	Макароны	38	38			
3	Хлеб в ассортименте	80	80			
4	Чай	1	1			
5	Сахар	20	20			
6	Свекла	90	85			
7	Лук репчатый	25	21			
8	Зелень	2	2			
9	Масло подсолнечное	17	17			
10	Томат	8	8			
11	Морковь	28	22			
12	Сметана	10	10			
13	Лимон	7	5			
14	Соль	3	3			
15	Картофель	92	80			
16	Капуста	30	25			
Среда:						
1.Суп картофельный с бобовыми-200						
2.Плов из говядины - 200						
3.Компот из сухофруктов- 200						
4.Хлеб пшеничный -80						
5.Салат морковный- 60						
№	Наименование продуктов	Количество продуктов				
		Брутто:	Нетто :			
1	Говядина	89	80			
2	Рис	25	25			
3	Хлеб в ассортименте	80	80			
4	Сухофрукты	7	7			
5	Сахар	15	15			
6	Лук репчатый	21	19			

7	Морковь	70	60			
8	Масло подсолнечное	15	15			
9	Зелень	3	3			
10	Соль	2	2			
11	Сметана	15	15			
12	Картофель	80	70			
13	Горох	20	20			
Четверг:						
1. Картофельный суп с макаронными изделиями - 200						
2. Салат свекольный - 45						
3. Куры отварные/макаронные отварные/подлива - 80/165/50						
4. Хлеб в ассортименте - 80 г						
5. Чай с лимоном - 200/5						
6. Фрукты свежие - 150						
№	Наименование продуктов	Количество продуктов				
		Брутто:	Нетто :			
1	Куры	90	80			
2	Макаронные	50	50			
3	Хлеб в ассортименте	80	80			
4	Чай	1	1			
5	Сахар	20	20			
6	Масло подсолнечное	15	15			
7	Свекла	60	45			
8	Лук репчатый	20	18			
9	Томат	3	3			
10	Морковь	24	21			
11	Зелень	3	3			
12	Соль	3	3			
13	Сметана	10	10			
14	Лимон	5	4			
15	Картофель	90	80			
16	Фрукты свежие	150	150			
Пятница:						
1. Суп фасолевый - 200						
2. Салат капустный - 50						
3. Мясо индейки тушенное / с подливой / гречка - 90/50/120						

4.Компот из сухофруктов -200							
5.Хлеб в ассортименте- 80							
№	Наименование продуктов	Количество продуктов					
		Брутто:	Нетто :				
1	Мясои индейки	100	90				
2	Гречка	40	40				
3	Хлеб	80	80				
4	Сухофрукты	15	15				
5	Сахар	20	20				
6	Масло подсолнечное	15	15				
7	Лук репчатый	10	8				
8	Морковь	30	27				
9	Зелень	3	3				
10	Томат	4	4				
11	Капуста	60	50				
12	Соль	3	3				
13	Фасоль	20	20				
14	Картофель	80	70				
Суббота:							
1.Борщ- 200							
2.Салат морковный - 60							
3.Тефтели в соусе с рисом -80/50/150							
4.Чай с лимоном - 200/5							
5.Хлеб в ассортименте-80							
№	Наименование продуктов	Количество продуктов					
		Брутто:	Нетто :				
1	Говядина	90	80				
2	Картофель	40	30				
3	Хлеб	80	80				
4	Чай	1	1				
5	Сахар	15	15				
6	Масло подсолнечное	15	15				
7	Капуста	25	20				
8	Лук репчатый	22	17				
9	Томат	8	8				

10	Зелень	4	4			
11	Морковь	80	70			
12	Соль	3	3			
13	Лимон	7	5			
15	Свекла	30	30			
16	Рис	40	40			
17	Сметана	9	9			
Итого потребность продуктов на обед на 1 ребенка:						
	Продукты	Итого на		Цена		
	(в граммах)	5 дней	6 дней	Цена -	5 дней	6 дней
				РОССТАТ		
	Рыба	90	90	347	31,23	31,23
	Мясо индейки	200	200	358	71,6	71,6
	Говядина	89	179	450	40,05	80,55
	Куры	90	90	185	16,65	16,65
	Рис	30	70	137	4,11	9,59
	Гречка	40	40	161	6,44	6,44
	Фасоль	20	20	117	2,34	2,34
	Горох	20	20	107	2,14	2,14
	Макароны	88	88	162	14,256	14,256
	Картофель	547	587	66	36,102	38,742
	Молоко	20	20	99	1,98	1,98
	Сухофрукты	32	32	604	19,328	19,328
	Сахар	95	110	91	8,645	10,01
	Масло подсолнечное	75	90	159	11,925	14,31
	Свекла	150	180	58	8,7	10,44
	Лук	95	117	51	4,845	5,967
	Масло сливочное	5	5	793	3,965	3,965
	Томат	18	26	238	4,284	6,188
	Морковь	197	277	71	13,987	19,667
	Зелень	14	18	356	4,984	6,408
	Хлеб в ассортименте	400	480	46	18,4	22,08
	Чай	2	3	1187	2,374	3,561
	Лимон	12	19	175	2,1	3,325
	Соль	14	17	29	0,406	0,493
	Сметана	35	44	327	11,445	14,388

	Фрукты	150	150	151	22,65	22,65
	Капуста	160	185	51	8,16	9,435
					373,096	447,733
	Стоимость продуктов на 1 ребенка				74,62	74,62

Меню обедов

Воскресенье

1. Суп картофельный с курицей - 200

2. Рыба отваренная - 80

3. Картофельное пюре с маслом - 100

4. Макароны с соусом - 100

5. Чай сладкий - 80

6. Салат овощной - 100

№	Наименование	Количество	
		Брусок	Масса
1	Суп картофельный с курицей	200	
2	Рыба отваренная	80	
3	Картофельное пюре с маслом	100	
4	Макароны с соусом	100	
5	Чай сладкий	80	
6	Салат овощной	100	
7	Суп картофельный с курицей	200	
8	Рыба отваренная	80	
9	Картофельное пюре с маслом	100	
10	Макароны с соусом	100	
11	Чай сладкий	80	
12	Салат овощной	100	
13	Суп картофельный с курицей	200	
14	Рыба отваренная	80	
15	Картофельное пюре с маслом	100	
16	Макароны с соусом	100	
17	Чай сладкий	80	
18	Салат овощной	100	

Понедельник

1. Суп картофельный с курицей - 200

2. Рыба отваренная - 80

3. Картофельное пюре с маслом - 100

4. Макароны с соусом - 100

5. Чай сладкий - 80

6. Салат овощной - 100