

Утверждаю  
 Директор МОУ СОШ № 1 г. Коряжмы  
 О.В. Зявченко

01.09.2020

Примерное 10-дневное меню для обучающихся 1-4 классов



**1 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюда	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>понедельник</i>			
	Салат из свеклы с р/м	2,19	100
	суп крестьянский с рисом и мясом	6,17	250
	Бефстроганов из говядины	29,67	100
	Капуста тушеная	6,14	150
	Компот из сухофруктов	4,21	250
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	30
	Апельсин	22,46	187
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>1 097,00</b>

**2 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюда	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>вторник</i>			
	Борщ с картофелем, мясом и сметаной	7,19	250
	Плов из говядины	19,12	150
	Напиток клюквенный	5,53	200
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	30
	Печенье	39,00	200
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>860,00</b>

**3 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюда	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>среда</i>			
	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	3,19	100

	Суп овощной с мясом и сметаной	7,56	250
	Жаркое по-домашнему	29,12	175
	Компот из изюма	4,00	250
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	2,94	60
	Йогурт, стаканчик	25,50	115
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>980,00</b>

**4 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюда	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>четверг</i>			
	Овощи свежие в нарезке (огурцы)	4,06	70
	Суп рыбный	6,38	250
	Кура тушеная	17,78	75/50
	Рис отварной	5,37	150
	Сок	7,25	250
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	30
	Шоколадная монета 4-7гр	30,00	2
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>750,00</b>

**5 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюда	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>пятница</i>			
	Винегрет с р/м	8,57	110
	Рассольник ленинградский	8,74	250
	Рыба тушеная в томате с овощами	19,88	200
	Напиток из черной смородины	5,37	250
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	30
	сыр, масло	15,40	30/20
	груша	12,88	0,14
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>870,00</b>

**6 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюд	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>понедельник</i>			
	Салат из огурцов и помидоров	6,48	100
	Суп гороховый с мясом и сметаной	6,18	250
	Биточки мясные	20,41	100
	Овощное рагу	6,16	150
	Компот из с/ф	4,21	250
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	30
	Апельсин	27,40	228
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>1 138,00</b>

**7 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюд	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>вторник</i>			
	Салат из свежей моркови и капусты	2,70	100
	Суп с вермишелью и мясом	6,78	250
	Рис отварной	5,37	150
	Печень по-строгановски	17,99	50/50
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	60
	вафли	38,00	200
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>590,00</b>

**8 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюд	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>среда</i>			
	Помидор свежий в нарезке	7,50	100

	салат из свежих капусты с мясом и сметаной	7,73	250
	Плов из птицы	20,49	150
	Огурец соленый долькой	3,12	40
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	30
	сыр, масло	12,50	30/10
	Шоколад "Аленка"	19,50	15
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>615,00</b>

**9 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюд	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>четверг</i>			
	Борщ с мясом и сметаной	7,19	250
	Греча отварная	5,99	150
	Колбаса отварная	30,40	100
	Компот из свежих яблок	6,10	250
	Огурец свежий нарезка	5,80	100
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	30
	груша	15,36	167
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>880,00</b>

**10 день ОБЕД, 1-4 класс**

№ рецептур	Наименование блюд	Цена блюда, руб.	Выход, г
1	2	3	4
<i>пятница</i>			
	Салат из свеклы с сыром и чесноком	10,15	100
	Суп овощной с мясом и сметаной	7,56	250
	Шницель рыбный	21,26	75/5
	Картофельное пюре	4,87	150
	Хлеб дарницкий	1,22	30
	Хлеб пшеничный	1,47	30
	Жевательная конфета "Мамба"	27,00	26,5
	<b>Итого</b>	<b>73,53</b>	<b>586,50</b>