



Утверждаю:
Директор школы:
/Старчак А.В./

10-дневное меню на январь 2021 года
по МКОУ «Коктюбейская ООШ»

№ п/п	1 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Рассольник с курицей:			0,00
1)	Картофель	0,090	31,00	2,79
2)	Рис	0,004	65,00	0,26
3)	Окорочка	0,050	150,00	7,50
4)	Морковь	0,010	32,00	0,32
5)	Огурец соленый	0,005	150,00	0,75
6)	Лук	0,010	23,00	0,23
7)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
8)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
2	Плов с курицей:			0,00
1)	Филе куриное	0,050	320,00	16,00
2)	Масло растительное	0,010	135,00	1,35
3)	Лук	0,020	23,00	0,46
4)	Морковь	0,020	32,00	0,64
5)	Рис	0,030	65,00	1,95
6)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,03
3	Салат морковный с яблоком:			0,00
1)	Морковь	0,050	32,00	1,60
2)	Яблоко	0,020	75,00	1,50
3)	Сметана	0,010	250,00	2,50
4	Компот из сухофруктов:			0,00
1)	Сухофрукты	0,013	300,00	3,90
2)	Сахар	0,020	56,00	1,12
5	Хлеб	0,060	44,00	2,64
6	Банан	0,100	82,00	8,20
7	Кекс	0,033	200,00	6,66
Итого:				61,00

№ п/п	2 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Суп картофельный с курицей:			0,00
1)	Картофель	0,110	31,00	3,41
2)	Морковь	0,010	32,00	0,32
3)	Окорочка	0,051	150,00	7,65
4)	Лук	0,010	23,00	0,23
5)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
6)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
2	Каша пшеничная:			0,00
1)	Крупа пшеничная	0,040	50,00	2,00
2)	Масло сливочное	0,005	610,00	3,05
3)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
3	Голубцы:			0,00
1)	Капуста	0,020	21,00	0,42
2)	Фарш	0,040	350,00	14,00
3)	Рис	0,012	65,00	0,78
4)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
4	Яйцо отварное	1,000	8,00	8,00
5	Икра кабачковая	0,050	120,00	6,00
6	Хлеб	0,040	44,00	1,76
7	Сок	0,180	70,00	12,60
Итого:				61,00

№ п/п	3 день	Граммы	Цена / руб.
1	Суп молочный с рисом:		
1)	Молоко	0,110	80,00
2)	Рис	0,014	65,00
3)	Сахар	0,005	56,00
4)	Масло сливочное	0,002	610,00
5)	Соль йодированная	0,001	60,00
2	Тефтели с соусом:		
1)	Фарш	0,030	350,00
2)	Рис	0,012	65,00
3)	Соль йодированная	0,002	60,00
4)	Лук	0,020	23,00
5)	Томат	0,003	160,00
6)	Сметана	0,005	250,00
7)	Лук	0,010	23,00
8)	Масло растительное	0,002	135,00
9)	Мука	0,004	40,00
3	Каша кукурузная:		
1)	Крупа кукурузная	0,045	50,00
2)	Масло сливочное	0,010	610,00
3)	Соль йодированная	0,002	60,00
4	Йогурт	1,000	18,00
5	Хлеб	0,060	44,00
6	Чай с сахаром:		
1)	Чай	0,001	850,00
2)	Сахар	0,020	56,00
7	Вафли	0,040	110,00
Итого:			

№ п/п	4 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Борщ с капустой и картофелем:			0,00
1)	Свекла	0,035	30,00	1,05
2)	Капуста	0,020	21,00	0,42
3)	Картофель	0,020	31,00	0,62
4)	Морковь	0,010	32,00	0,32
5)	Лук	0,010	23,00	0,23
6)	Томат	0,007	160,00	1,12
7)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
8)	Сахар	0,005	56,00	0,28
9)	Лимонная кислота	0,004	1 000,00	4,00
10)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
11)	Сметана	0,010	250,00	2,50
2	Каша гречневая:			0,00
1)	Крупа гречневая	0,045	80,00	3,60
2)	Масло сливочное	0,005	610,00	3,05
3)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
3	Люля-Кебаб:			0,00
1)	Фарш	0,040	350,00	14,00
2)	Хлеб	0,010	44,00	0,44
3)	Масло растительное	0,010	135,00	1,35
4	Сок	0,200	70,00	14,00
5	Хлеб	0,060	44,00	2,64
6	Банан	0,130	82,00	10,66
Итого:				61,00

№ п/п	5 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Суп гороховый с курицей:			0,00
1)	Картофель	0,080	31,00	2,48
2)	Горох	0,015	70,00	1,05
3)	Морковь	0,010	32,00	0,32
4)	Окорочка	0,053	150,00	7,95
5)	Лук	0,010	23,00	0,23
6)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
7)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
2	Макароны отварные:			0,00
1)	Макароны	0,040	70,00	2,80
2)	Масло сливочное	0,010	610,00	6,10
3)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
3	Котлеты:			0,00
1)	Фарш	0,040	350,00	14,00
2)	Хлеб	0,010	44,00	0,44
3)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
4)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
4	Салат свекольный:			0,00
1)	Свекла	0,086	30,00	2,58
2)	Сметана	0,010	250,00	2,50
5	Хлеб	0,040	44,00	1,76
6	Какао с молоком:			0,00
1)	Какао	0,002	625,00	1,25
2)	Молоко	0,095	80,00	7,60
3)	Сахар	0,020	56,00	1,12
7	Яблоко	0,100	75,00	7,50
Итого:				61,00

№ п/п	б день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Суп картофельный с курицей:			0,00
1)	Картофель	0,110	31,00	3,41
2)	Морковь	0,010	32,00	0,32
3)	Окорочка	0,050	150,00	7,50
4)	Лук	0,010	23,00	0,23
5)	Масло растительное	0,006	135,00	0,81
6)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
2	Каша пшеничная:			0,00
1)	Крупа пшеничная	0,040	50,00	2,00
2)	Масло сливочное	0,007	610,00	4,27
3)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
3	Сарделька отварная	0,060	320,00	19,20
4	Салат из свежей капусты с зеленым горошком:			0,00
1)	Капуста	0,050	21,00	1,05
2)	Морковь	0,015	32,00	0,48
3)	Зеленый горошек	0,020	130,00	2,60
4)	Сметана	0,009	250,00	2,25
5	Сок	0,200	70,00	14,00
6	Хлеб	0,060	44,00	2,64
Итого:				61,00

№ п/п	7 день	Граммы/ штуки	Цена / руб.	Сумма
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками:			0,00
1)	Картофель	0,100	31,00	3,10
2)	Морковь	0,010	32,00	0,32
3)	Лук	0,010	23,00	0,23
4)	Томат	0,003	160,00	0,48
5)	Масло растительное	0,002	135,00	0,27
6)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
7)	Фарш	0,024	350,00	8,40
8)	Яйцо отварное	1,000	8,00	8,00
9)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
10)	Рис	0,002	65,00	0,13
2	Сарделька отварная	0,060	320,00	19,20
3	Яйцо отварное:			0,00
1)	Яйцо	1,000	8,00	8,00
2)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
4	Салат из моркови с яблоком:			0,00
1)	Морковь	0,050	32,00	1,60
2)	Яблоко	0,020	75,00	1,50
3)	Сметана	0,007	250,00	1,75
5	Чай с сахаром:			
1)	Чай	0,001	850,00	0,85
2)	Сахар	0,020	56,00	1,12
6	Хлеб	0,060	44,00	2,64
7	Масло сливочное порционное	0,005	610,00	3,05
			Итого:	61,00

№ п/п	8 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Суп крестьянский с ячневой крупой и куриным мясом:			0,00
1)	Окорочка	0,040	150,00	6,00
2)	Капуста свежая	0,030	21,00	0,63
3)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
4)	Картофель	0,030	31,00	0,93
5)	Крупа ячневая	0,008	55,00	0,44
6)	Морковь	0,010	32,00	0,32
7)	Лук	0,010	23,00	0,23
8)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
2	Каша гречневая:			0,00
1)	Крупа гречневая	0,055	80,00	4,40
2)	Масло сливочное	0,008	610,00	4,88
3)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
3	Тефтели в сметанно-томатном соусе:			0,00
1)	Фарш	0,030	350,00	10,50
2)	Рис	0,012	65,00	0,78
3)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
4)	Лук	0,010	23,00	0,23
5)	Томат	0,003	160,00	0,48
6)	Сметана	0,005	250,00	1,25
7)	Лук	0,010	23,00	0,23
8)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
4	Винегрет овощной:			0,00
1)	Картофель	0,020	31,00	0,62
2)	Свекла	0,015	30,00	0,45
3)	Морковь	0,010	32,00	0,32
4)	Огурец соленый	0,010	150,00	1,50
5)	Зеленый горошек	0,008	130,00	1,04
6)	Лук	0,010	23,00	0,23
7)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
5	Банан	0,200	82,00	16,40
6	Компот из сухофруктов:			0,00
1)	Сухофрукты	0,013	300,00	3,90
2)	Сахар	0,020	56,00	1,12
7	Хлеб	0,050	44,00	2,20
			Итого:	61,00

№ п/п	9 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Суп молочный с рисом:			0,00
1)	Молоко	0,110	80,00	8,80
2)	Рис	0,014	65,00	0,91
3)	Сахар	0,005	56,00	0,28
4)	Масло сливочное	0,002	610,00	1,22
5)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
2	Тефтели с соусом:			0,00
1)	Фарш	0,030	350,00	10,50
2)	Рис	0,012	65,00	0,78
3)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
4)	Лук	0,020	23,00	0,46
5)	Томат	0,003	160,00	0,48
6)	Сметана	0,005	250,00	1,25
7)	Лук	0,010	23,00	0,23
8)	Масло растительное	0,002	135,00	0,27
9)	Мука	0,004	40,00	0,16
3	Каша кукурузная:			0,00
1)	Крупа кукурузная	0,045	50,00	2,25
2)	Масло сливочное	0,010	610,00	6,10
3)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
4	Йогурт	1,000	18,00	18,00
5	Хлеб	0,060	44,00	2,64
6	Чай с сахаром:			0,00
1)	Чай	0,001	850,00	0,85
2)	Сахар	0,020	56,00	1,12
7	Вафли	0,040	110,00	4,40
			Итого:	61,00

№ п/п	10 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Борщ с капустой и картофелем:			0,00
1)	Свекла	0,035	30,00	1,05
2)	Капуста	0,020	21,00	0,42
3)	Картофель	0,020	31,00	0,62
4)	Морковь	0,010	32,00	0,32
5)	Лук	0,010	23,00	0,23
6)	Томат	0,007	160,00	1,12
7)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
8)	Сахар	0,005	56,00	0,28
9)	Лимонная кислота	0,004	1 000,00	4,00
10)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
11)	Сметана	0,010	250,00	2,50
2	Каша гречневая:			0,00
1)	Крупа гречневая	0,045	80,00	3,60
2)	Масло сливочное	0,005	610,00	3,05
3)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
3	Люля-Кебаб:			0,00
1)	Фарш	0,040	350,00	14,00
2)	Хлеб	0,010	44,00	0,44
3)	Масло растительное	0,010	135,00	1,35
4	Сок	0,200	70,00	14,00
5	Хлеб	0,060	44,00	2,64
6	Банан	0,130	82,00	10,66
			Итого:	61,00

№ п/п	11 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Суп картофельный с курицей:			0,00
1)	Картофель	0,110	31,00	3,41
2)	Морковь	0,010	32,00	0,32
3)	Окорочка	0,055	150,00	8,25
4)	Лук	0,010	23,00	0,23
5)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
6)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
2	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами:			0,00
1)	Рыба	0,118	215,00	25,37
2)	Морковь	0,035	32,00	1,12
3)	Томат	0,015	160,00	2,40
4)	Лук	0,020	23,00	0,46
5)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
3	Салат из свеклы с зеленым горошком:			0,00
1)	Свекла	0,045	30,00	1,35
2)	Зеленый горошек	0,031	130,00	4,03
3)	Масло растительное	0,002	135,00	0,27
4	Какао с молоком:			
1)	Какао	0,002	625,00	1,25
2)	Молоко	0,100	80,00	8,00
3)	Сахар	0,020	56,00	1,12
5	Хлеб	0,060	44,00	2,64
Итого:				61,00

№ п/п	12 день	Граммы	Цена / руб.	Сумма
1	Суп гороховый с курицей:			0,00
1)	Картофель	0,080	31,00	2,48
2)	Горох	0,015	70,00	1,05
3)	Морковь	0,010	32,00	0,32
4)	Окорочка	0,053	150,00	7,95
5)	Лук	0,010	23,00	0,23
6)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
7)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
2	Макароны отварные:			0,00
1)	Макароны	0,040	70,00	2,80
2)	Масло сливочное	0,010	610,00	6,10
3)	Соль йодированная	0,002	60,00	0,12
3	Котлеты:			0,00
1)	Фарш	0,040	350,00	14,00
2)	Хлеб	0,010	44,00	0,44
3)	Масло растительное	0,004	135,00	0,54
4)	Соль йодированная	0,001	60,00	0,06
4	Салат свекольный:			0,00
1)	Свекла	0,086	30,00	2,58
2)	Сметана	0,010	250,00	2,50
5	Хлеб	0,040	44,00	1,76
6	Какао с молоком:			0,00
1)	Какао	0,002	625,00	1,25
2)	Молоко	0,095	80,00	7,60
3)	Сахар	0,020	56,00	1,12
7	Яблоко	0,100	75,00	7,50
Итого:				61,00

