

## МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

### Понедельник:

1. Каша рисовая молочная с маслом и сахаром 200/ 5/4
2. Бутерброд с маслом и с сыром 100/10/15
3. Коффе на молоке с печеньем 125/25

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Молоко	325	325
2	Рис	39	39
3	Масло	15	15
4	Сыр	16	15
5	Хлеб в ассортименте	100	100
6	Коффе	2	2
7	Сахар	22	22
8	Соль	1	1
9	Печенье	25	25

### Вторник:

1. Каша геркулес на молоке с маслом и сахаром 200/5/5
2. Хлеб с маслом 100/10
3. Чай с лимоном 200
4. Фрукты 155

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Молоко	200	200
2	Геркулес	35	35
3	Яйцо (1 шт)	1	1
4	Масло	15	15
5	Хлеб в ассортименте	100	100
6	Чай	1	1
7	Сахар	21	21
8	Соль	1	1
9	Фрукты	155	155
10	Лимон	6	5

### Среда:

1. Каша манная молочная с маслом и сахаром 350/5/5
2. Бутерброд с маслом 100/15
3. Чай с сахаром
4. Яйцо - 1 шт (40)
5. Печенье 30

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Молоко	350	350
2	Манка	39	39
3	Масло	20	20
5	Хлеб в ассортименте	100	100
6	чай	1	1
7	Сахар	30	30
8	Соль	1	1
9	Яйцо (1 шт.)	1	1
10	Печенье	30	30



**Четверг:**

1. Каша гречневая молочная с маслом - 200/5/5
2. Хлеб с маслом - 100/15
3. Чай с лимоном - 200
4. Яйцо - 1 шт. (40)
5. Фрукты - 150

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Гречка	39	39
2	Масло	20	20
3	Хлеб в ассортименте	100	100
4	Чай	1	1
5	Сахар	21	21
6	Соль	1	1
7	Яйцо (1 шт.)	1	1
8	Молоко	150	150
9	Фрукты	150	150
10	Лимон	6	5

**Пятница:**

1. Каша рисовая молочная с маслом и с сахаром 200/5/5
2. Бутерброд с маслом 100/10
3. Какао на молоке и печенье 200/34

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Молоко	400	400
2	Рис	39	39
3	Масло	15	15
4	Хлеб в ассортименте	100	100
5	Какао	4	4
6	Сахар	31	31
7	Соль	1	1
8	Печенье	34	34

**Суббота:**

1. Каша пшеничная на молоке с маслом 300/5/5
2. Яйцо отварное 1 шт (40 гр.)
3. Хлеб с маслом 100/15
4. Чай с лимоном 200
5. Пряник

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Молоко	300	300
2	пшеничная крупа	41	40
3	Яйцо (1 шт)	1	1
4	Масло	20	20
5	Хлеб в ассортименте	100	100
6	Чай	1	1
7	Сахар	20	20
8	Соль	1	1
9	пряник	55	55
10	Лимон	6	5

**Итого потребность продуктов на одного ребенка (в гр, мл):**

<b>Продукты</b>	<b>На 5 дней:</b>	<b>На 6 дней:</b>	<b>Цена - РОССТАТ</b>	<b>5 дней</b>	<b>6 дней</b>
Молоко	1425	1725	99	141,075	170,775
Рис	78	78	137	10,686	10,686
Гречка	39	39	161	6,279	6,279
Геркулес	35	35	129,8	4,543	4,543
Манка	39	39	54,72	2,13408	2,13408
Яйцо (шт/гр)	3	4	6,2	18,6	24,8
Кофе	2	2	1726	3,452	3,452
Масло	85	105	793	67,405	83,265
Сыр	16	16	569	9,104	9,104
Какао	4	4	536	2,144	2,144
Сахар	125	145	91	11,375	13,195
Хлеб в ассортименте	500	600	46	23	27,6
Соль	5	6	29	0,145	0,174
Чай	3	4	1187	3,561	4,748
Фрукты	305	305	151	46,055	46,055
Печенье	89	89	241	21,449	21,449
Лимон	12	18	175	2,1	3,15
Пряники		55	178	0	9,79
Пшеничная		41	107	0	4,387
				373,1071	447,7301
<b>Стоимость продуктов на 1 ребенка</b>				74,62	74,62



**Итого потребность продуктов на обед на 1 ребенка:**

Продукты (в граммах)	Итого на		Цена		
	5 дней	6 дней	Цена - РОССТАТ	5 дней	6 дней
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
<b>Стоимость продуктов на 1 ребенка</b>				<b>74,62</b>	<b>74,62</b>

## 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
2. Котлеты из индейки -90
3. Макароны отварные с подливой 145 /50
4. Чай с лимоном 200/5
5. Хлеб в ассортименте 80
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	Мясо 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