

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ «СОШ №18 г.Маггобек»

Темирханова Х.М.



Меню обедов

Понедельник:

1. Рыба припущенная 75
2. Картофельное пюре/подлива 150
3. Компот из сухофруктов 200
4. Хлеб пшеничный 60
5. Салат из свежих овощей 50

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Рыба	80	75
2	Картофель	180	150
3	Молоко	30	30
4	Хлеб	60	60
5	Сухофрукты	15	15
6	Сахар	20	20
7	Масло подсолнечное	10	10
8	Помидоры	30	28,5
9	Огурцы	24	21
10	Лук репчатый	15	13
11	Морковь	20	18
12	Масло сливочное	7,5	7,5
13	Томат	5	5

Вторник:

1. Котлеты из говядины 80
2. Макароны отварные с подливой 150
3. Компот из сухофруктов 200
4. Хлеб пшеничный 60
5. Салат свекольный 50

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Говядина	80	60
2	Макароны	120	120
3	Масло сливочное	6	6
4	Хлеб	60	60
5	Сухофрукты	15	15
6	Сахар	20	20
7	Свекла	160	150
8	Чеснок	2,5	2,5
9	Лук репчатый	16	13,5
10	Укроп	5	5
11	Масло подсолнечное	10	10
12	Томат	5	5
13	Морковь	20	18
14	Яйцо	1	1

Среда:

1. Плов из говядины 150
2. Компот из сухофруктов 200
3. Хлеб пшеничный 60
4. Салат из свежих помидоров и огурцов 50

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Говядина	70	55
2	Рис	60	60
3	Хлеб	100	100
4	Сухофрукты	15	15
5	Сахар	20	20
6	Помидоры	30	28,5
7	Огурцы	24	21
8	Лук репчатый	9	9
9	Морковь	20	18
10	Масло подсолнечное	15	15
11	Укроп	5	5

Четверг:

1. Салат свекольный 50
2. Куры отварные/макаронны отварные/подлива 80/150
3. Компот из сухофруктов 200
4. Хлеб пшеничный 60

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Куры	90	80
2	Макаронны	120	120
4	Хлеб	60	60
5	Сухофрукты	15	15
6	Сахар	20	20
7	Масло подсолнечное	15	15
8	Свекла	160	150
9	Чеснок	2,5	2,5
10	Лук репчатый	16	13,5
11	Томат	5	5
12	Морковь	20	18
13	Укроп	5	5

Пятница:

1. Салат из свежих помидоров и огурцов 50
2. Биточки мясные/гречка/подлива 100/50
3. Компот из сухофруктов 200
4. Хлеб пшеничный 60

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Говядина	90	70
2	Гречка	50	50
3	Хлеб	60	60
4	Сухофрукты	15	15
5	Сахар	20	20
6	Масло подсолнечное	15	15
7	Помидоры	30	28,5
8	Огурцы	24	21
9	Лук репчатый	16	13,5
10	Томат	5	5
11	Яйцо	1	1
12	Укроп	5	5
13	Морковь	20	18

Суббота:

1. Салат из свежих овощей 50
2. Мясо тушенное с подливой/картофельное пюре 55/150
3. Компот из сухофруктов 200
4. Хлеб пшеничный 60

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Говядина	70	55
2	Картофель	180	150
3	Хлеб	60	60
4	Сухофрукты	15	15
5	Сахар	20	20
6	Масло подсолнечное	10	10
7	Помидоры	30	28,5
8	Огурцы	24	21
9	Лук репчатый	16	13,5
10	Морковь	20	18
11	Укроп	5	5
12	Молоко	30	30
13	Томат	5	5
14	Масло сливочное	7,5	7,5

Итого продуктов на одного ребенка:

Продукты	На 5 дней:	На 6 дней:
Рыба	80	80
Говядина	240	310
Куры	90	90
Рис	60	60
Гречка	50	50
Макароны	240	240
Картофель	180	360
Молоко	30	60
Сухофрукты	75	90
Сахар	100	120
Масло подсолнечное	65	75
Помидоры	90	120
Огурцы	72	96
Свекла	320	320
Лук	91,5	107,5
Масло сливочное	7,5	15
Томат	20	25
Чеснок	5	5
Морковь	100	120
Зелень	25	30
Хлеб	250	300
Яйцо	2	2