

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ
«ИТ Гимназия «Юнона»
г.Волгодонска А.И.Аваков
28.09.2023 г.

**Примерное десятидневное меню горячих завтраков
для обучающихся 1 – 11 классов (местный бюджет)**

№ рецептур	Наименование блюд	Цена за порцию, руб.	Масса порции, г
Неделя: первая			
1-день 1 вариант			
14М	масло сливочное	7,50	15
15М	сыр порционный	9,79	20
160м	суп молочный с макаронными изделиями	13,88	250
376М/иоп	Чай с сахаром	1,36	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	фрукты**	13,25	100
итого:		47,79	
2-день 3 вариант			
211М	омлет с сыром запеченный	50,51	200
71М	овощная закуска*	14,85	100
378М	чай с молоком	3,77	200
	кондитерское изделие	10,00	30
	хлеб пшеничный	2,01	40
итого:		81,14	
3-день 3 вариант			
278М	тефтели из говядины	31,01	80/40
	сметана	3,00	15
125М	картофель отварной с зеленью	12,76	180
71М	овощи свежие ***	8,76	100
377М	отвар из шиповника (чай с лимоном 1 вариант)	2,38	200
	хлеб йодированный	1,12	20
	зефир	15,00	10
итого:		74,03	
4-день 3 вариант			
15М	сыр порционный	7,35	15
222М	пудинг из творога запеченный	50,80	200
371К	молоко сгущенное	4,02	20
382М	какао напиток на молоке	6,95	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	фрукты**	13,60	100
итого:		84,73	
5-день 1 вариант			
260М	гуляш из говядины	45,39	50/50
312М	картофельное пюре	11,87	180
71М	овощи свежие ***	10,30	100
377М	чай с лимоном	2,38	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
434М (423)	кондитерское изделие	10,00	30
итого:		81,95	

Неделя: вторая			
6-день 1 вариант			
394М	тефтели рыбные(горбуша)	24,50	80/50
464М	картофельное пюре (каша пшеничная)	4,92	180
71М	овощи свежие ***	8,76	100
382М	какао на молоке	6,95	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	пастила ванильная	10,00	20
итого:		57,14	
7-день 3 вариант			
224М	запеканка творожно-морковная	36,67	200
	сметана	4,00	20
376М	чай с сахаром	1,36	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	фрукты**	12,50	100
итого:		56,54	
8-день 2 вариант			
255М	печень по-строгановски	29,34	50/50
304М	картофельное пюре (рис отварной)	12,88	180
71М	овощи свежие ***	10,30	100
379М	кофейный напиток с молоком	7,75	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
434М (471)	кондитерское изделие	10,00	30
итого:		72,28	
9-день 3 вариант			
295М	биточки рубленые куриные с маслом	37,57	100/5
202М-203М	макаронные изделия отварные	5,56	180
71М	овощи свежие ***	8,76	100
378М	чай с молоком	3,77	200
	хлеб йодированный	1,12	20
	пастила	10,00	20
итого:		66,78	
10-день 1 вариант			
3М	масло сливочное	7,50	15
15М	сыр порционный	7,35	15
175М	каша молочная "Дружба"	15,88	200/10/10
376М	чай с сахаром	1,36	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	фрукты **	12,50	100
итого:		46,60	
среднее за 10 дней		66,90	
* Примечание: овощные закуски, салаты, следует корректировать с учетом сезонности в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/24.3590-20			
** Фрукты: яблоки, банан, киви, мандарин, груши			
*** Овощи свежие: огурец, помидор, перец болгарский			

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ
«ИТ Гимназия «Юнона»
г.Волгодонска А.И.Аваков
28.09.2023 г.

**Примерное десятидневное меню горячих завтраков
для обучающихся 1 – 4 классов (федеральный бюджет)**

№ рецептур	Наименование блюд	Цена за порцию, руб.	Масса порции, г
Неделя: первая			
1-день 1 вариант			
14М	масло сливочное	7,50	15
15М	сыр порционный	9,79	20
160м	суп молочный с макаронными изделиями	13,88	250
376М/иоп	Чай с сахаром	1,36	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	фрукты**	18,31	140
итого:		52,85	
2-день 3 вариант			
211М	омлет с сыром запеченный	50,51	200
71М	овощная закуска*	14,85	100
378М	чай с молоком	3,77	200
	кондитерское изделие	10,00	30
	йогурт пастеризованный	38,00	125
	хлеб пшеничный	2,01	40
итого:		119,14	
3-день 3 вариант			
278М	тефтели из говядины	31,01	80/40
	сметана	3,00	15
125М	картофель отварной с зеленью	12,76	180
71М	овощи свежие ***	8,76	100
377М	отвар из шиповника (чай с лимоном 1 вариант)	2,38	200
	хлеб йодированный	1,12	20
	зефир	15,00	10
итого:		74,03	
4-день 3 вариант			
15М	сыр порционный	7,35	15
222М	пудинг из творога запеченный	50,80	200
371К	молоко сгущенное	4,02	20
382М	какао напиток на молоке	6,95	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	фрукты**	13,60	100
итого:		84,73	
5-день 1 вариант			
260М	гуляш из говядины	45,39	50/50
312М	картофельное пюре	11,87	180
71М	овощи свежие ***	10,30	100
377М	чай с лимоном	2,38	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
434М (423)	кондитерское изделие	10,00	30

итого:		81,95	
Неделя: вторая			
6-день 1 вариант			
394М	тефтели рыбные (горбуша)	24,50	80/50
464М	картофельное пюре (каша пшеничная)	4,92	180
71М	овощи свежие ***	8,76	100
382М	какао на молоке	6,95	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	пастила ванильная	10,00	20
итого:		57,14	
7-день 3 вариант			
224М	запеканка творожно-морковная	36,67	200
	сметана	4,00	20
376М	чай с сахаром	1,36	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	йогурт пастеризованный	38,00	125
	фрукты**	12,50	100
итого:		94,54	
8-день 2 вариант			
255М	печень по-строгановски	29,34	50/50
304М	картофельное пюре (рис отварной)	12,88	180
71М	овощи свежие ***	10,30	100
379М	кофейный напиток с молоком	7,75	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
434М (471)	кондитерское изделие	10,00	30
итого:		72,28	
9-день 3 вариант			
295М	биточки рубленые куриные с маслом	37,57	100/5
202М-203М	макаронные изделия отварные	5,56	180
71М	овощи свежие ***	8,76	100
378М	чай с молоком	3,77	200
	хлеб йодированный	1,12	20
	пастила	10,00	20
итого:		66,78	
10-день 1 вариант			
3М	масло сливочное	7,50	15
15М	сыр порционный	7,35	15
175М	каша молочная "Дружба"	15,88	200/10/10
376М	чай с сахаром	1,36	200
	хлеб пшеничный	2,01	40
	фрукты **	12,50	100
итого:		46,60	
среднее за 10 дней		75,00	
* Примечание: овощные закуски, салаты, следует корректировать с учетом сезонности в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/24.3590-20			
** Фрукты: яблоки, банан, киви, мандарин, груши			
*** Овощи свежие: огурец, помидор, перец болгарский			