

№ рецепта	Наименование блюд	Основные компоненты	Брут то	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Всего		В том числе					
	3 день											Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата	
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма
№610	Гуляш из говядины	Говядина	87	74		16.89	12.9		174.9	440	38.28		0.00		0.00	440	38.28
		Масло	5	5			4.99		44.95	140	0.70	140	0.70		0.00		0
		Лук репчатый	18	15		0.21	-	1.36	6.15	30	0.54		0.00	30	0.54		0
		Томат	12	12		0.43		1.87	9.16	70	0.84	70	0.84		0.00		0
		Или томат.паста	4.8	4.8		0.23		0.97	2.16	70	0.34	70	0.34		0.00		0
		Соль	1	3		-	-	-	-	16	0.02	16	0.02		0.00		0
		Масса тушен.мяса		50		-		-	-		0.00		0.00		0.00		0
		Мука	4	4		0.43	0.04	2.72	13.08	40	0.16		0.00		0.00	40	0.16
					18.19	17.93	6.92	250.4	806	40.87	296	1.892	30	0.54	480	38.44	
№746	Макароны отварные	макароны	51			3.5	0.37	23.6	114.5	50	2.55	50	2.6		0.00		0
		Соль	3			-	-	-	-	16	0.05	16	0.05		0.00		0
		Масло слив	5			0.02	2.5	0.04	23.1	625	3.13	625	3.13		0.00		0
	итого			150	3.52	2.87	23.64	137.6	691	5.723	691	5.723	0	0	0	0	
№944	Чай с сахаром	заварка	1	1	1					688	6.88	688	6.88				
		Сахар	15	15		0	-	14.9	56.8	80	1.20	80	1.20		0.00		0
	итого			200	0												
	хлеб подированный	хлеб	30	30	30	6.96	1.2	46	167.2	60	1.8	30	1.8				
		хлеб	20	20	20	6.96	1.2	46	167.2	51	1.02	20	1.02		0.00		0
					0	0	0	0		0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
итого за день						7.390	1.240	48.720	180.280	91.000	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#####	#REF!	#REF!

Примерное двухнедельное меню школьных завтраков для организации питания детей .

Использован: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1993 и 1996гг.Сборник рецептов блюд и кулинарный изделий татарской национальной кухни 1997г.

№ рецепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брутто	Нето	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Всего		В том числе						
										Цена за кг	Сумма	Бюджет		За счет		Родительский		
												Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	
4 день																		
№273	Салат из моркови	Морковь	65	60	60	1.3	0.08	6.06	27.2	35	2.27	35	2.27	35	2.27			
		Масло растительное	6	6	6	0	6.93	0	62.93	140	0.84	140	0.84	140	0.84	140	0.84	
		Сахарный песок	6	6	6	0	0	9.98	37.9	80	0.48	80	0.48	80	0.48	80	0.48	
		итого			60						3.59		3.59	255.00	3.59	220.00	1.32	
№517	Котлеты Рыбные	Котлеты рыбные п/ф из судака(трески)	100	100	80	27.4	5.24	0	110	325	32.50	325	32.50	325	32.50	325	32.5	
№442	Картофельное пюре	Картофель	170	150	150	5.01	0.72	31.19	144.29	25	4.25	25	4.3					
		Молоко 2,5	24	24		0.67	0.76	1.12	13.9	65	1.56	65	1.56		65	1.56		
		Масло слив	5.2			0.04	3.77	0.13	34.37	800	4.16	800	4.16		800	4.16		
		Соль	1								16	0.02						
№944	Чай с сахаром	Заварка	1	1		0.04	-	-		688	0.69	688	0.69		0.00		0	
		Сахар	15	15		0		14.9	58	80	1.20	80	1.20		0.00		0	
		итого			200											0	0	
	хлеб	хлеб	30	30	30	12.16	1.44	79.76	180.8	60	1.80	60	1.80		0.00		0	
		хлеб	20	20	20						1.02	51						
		итого			50	0	0	0	0	0	1.02	51	0	0	0	0	0	
		итого за день				12.16	1.44	79.76	180.8	60	22.41	111	5.39	255	3.39	220	1.32	

№ рецепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Всего		В том числе								
										Цена за кг	Сумма	Бюджет		За счет собственной продукции					Родительский взнос плата	
												Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма				Цена за кг	Сумма
	Фрукты	Яблоки	100	100	100	0.08	0.069	1.79	7.8	100.00	10.00					100	10			
	Котлеты рубленые из птицы	Курица	130	100		11	13.5	4.78	185	130.00	16.90					130	16.8			
		хлеб	13	13		6.96	1.2	32.96	181	60	0.78	60	0.78							
		Молоко	19	19		2.82	3.2	4.73	58	65	1.23					65	1.23			
		Масло сливоч	5	5		0.04	3.63	0.13	33.05	800	4					800	4			
		Масло	3	3			6.93		62.93	140	0.42				140	0.42				
	Рис отварной	рис	55	55		1.16	0.42	10.58	52.55	90	4.95	90	4.95	90.00		4.95				
		масло сливочное	7	7		0.04	3.63	0.13	33.05	800	5.60		0.00	0.00	800	5.6				
		Соль	1	1		-	-	-	-	16	0.02	16	0.02	0.00		0				
		итого			100	1.20	10.98	10.71	148.53		10.99		4.97	90.00		10.97				
№944	Чай с лимоном	заварка	1	1		0	0	0	0	688	0.69	688	0.69	0.00	0	0				
		лимон	8	8		0	0	0	0	170	1.36		0.00	0.00	170	1.36				
		Сахар	15	15				19.96	75	80	1.20	80	1.20	0.00		0				
					200															
	хлеб	хлеб	20	20	20	6.96	1.2	32.96	181	51	1.02	51	1.02							
	хлеб	хлеб	30	30	30		1.2	46	167.2	60	1.80	60	1.80	0.00	0.00	0.00	0			
		итого			75	#####	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#####	####	#REF!	#REF!	#REF!			
	итого за день					####	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#####	###	#REF!	#REF!	#REF!			

№ ре- цепта	Наименование блюд	Основные компоненты	Брут- то	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углев- оды	Ккал	Всего		В том числе							
	6 день									Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма			Цена за кг	Сумма
	Фрукты	Апельсин	100	100	100					150.0	15					150	15		
№561	Мясо тушеное	Говядина	83	60		16.7	12.9	0.0	165.5	440.0	36.52					440	36.52		
		Морковь	5	3		0.2	0.0	0.8	3.4	35.0	0.17			35	0.17				
		Лук	5	3		0.4	0.0	2.4	10.0	30.0	0.15			30	0.15				
		Масло рас	5	5		0.0	7.0	0.0	62.9	140.0	0.7	140	0.7						
		Томатная паста	7	7		0.1	0.0	0.4	2.0	175.0	1.22	175	1.22						
		Мука пшенич	2	2		0.4	0.0	2.7	13.1	40.0	0.08	40.0	0.08						
		соль	1	1		0.0	0.0	0.0		16.0	0.016								
					2														
№442	Макароны отварные	Макаронные изделия	53	53		4.1	0.4	27.2	142.1	50.0	2.65	50	2.65						
		Масло сливочное	5	5		0.1	7.3	0.3	66.1	800.0	4					800	4		
		соль	1	1					16.0	0.0									
	Чай с сахаром	Заварка	1	1		0			688	0.69	688	0.69		0.00		0			
		Сахар	15	15		0		14.9	56.8	80	1.20	80	1.20		0.00		0		
		итого			200														
	хлеб	хлеб	20	20	20	6.96	1.2	32.96	181	51	1.02	51	1.02		51		1.02		
		хлеб	30	30	30	6.96	1.2	46	167.2	60	1.80	60	1.80		60.00		1.8		
Итого за день						#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	####	####	#REF!	#REF!	#REF!		

№ ре- цепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	В том числе							
										Всего		Бюджет		За счет		Родительский	
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма
	Фрукты	Апельсин	100	100	100	0	0	10.9	47.52	150	15	150	15	150	15		
№3 26	Сосиски говяжьи	сосиски гов	102	100		18.4	11.9		161.9	440	38.00	380	38.76	0.00	380	38	
		Гречка	54	40				5.99	215.2	75	4.05	75	4.05	0.00		0	
	Каша гречневая	Слив	5	5		0.04	3.63	0.13	157.9	800	4.00		0.00		800	4	
		соль	1	1					16	0.02	16	0.02	0.00		0		
№94	Какао с молоком	Какао	4	4				-	-	271	1.08			0.00	271	1.084	
		Сахар	15	15				14.9	56.8	80	1.20	80	1.20	0.00		0	
					200												
		хлеб	20	20	20	6.96	1.2	32.96	181	51	1.02	51	1.02		51	1.02	
	хлеб	хлеб	30	30	30	6.96	1.2	32.96	167.2	60	1.80	60	1.80	0.00	60.00	1.8	
	итого за день					#####	#####	#REF!	#REF!	#REF!	#####	#####	#REF!	#####	#####	#REF!	

№ ре- септ а	Наимено- вание блюд	Основные компонент ы	Брут то	Нетт о	Вых од	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал	Всего		В том числе					
										Цена за кг	Сумма	Бюджет		За счет		Родительский	
												Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма
	Плов из пт	Курица	90	50		12.8	20.1	0.5	225	270	24.30					270	24.3
		масло рас	7	7		0.04	3.63	13.2	33.05	140	0.98					140	0.98
		лук	10	8													
		морковь	15	10													
		Томат паста	5	5		0.23	0	0.97	2.16	175	0.87					175	0.87
		рис	35	35		1.16	0.42	10.58	52.55	90	3.15	90	3.15				
		соль	1	1					16.00	0.02							
№9	Чай с	заварка	1	1					688	0.69		0.00		0.00	688	0.688	
44	сахаром с	лимон	8	7					170	1.36	170	1.36					
	лимоном	Сахар	15	15				19.96	75.8	80	1.20	80	1.20	0.00	80	1.2	
					200					3.248		2.56		0		1.888	
		хлеб	20	20		6.96	1.2	46	167.2	51	1.02	51	1.02				
	хлеб	хлеб	30	30		6.96	1.2	46	167.2	60	1.80	60	1.80	0.00	0.00	0	
		итого			60	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#####	#REF!	#REF!	#REF!	#####	
	итого за день					#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#####	#REF!	#REF!	#REF!	#####	

№ рецепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Всего		В том числе							
										Цена за кг	Сумма	Бюджет		За счет собственной продукции				Родительский взнос плата	
												кг	Сумма	за кг	Сумма			кг	Сумма
	9 день	капуста	60	50		0.15		2.85	13.5	25	1.5			25	1.50				
№273	Салат из св капусты	Морковь	8	5		1.1	0.8	6.1	29.2	25.00	0.20		0.00	25	0.20		0		
		сахарный песок	3	3					9.98	37.9	80.00	0.24			80	0.24			
		соль	1	1							16.00	0.02							
		Масло	7			-	9.9		89.9	140.00	0.98	140.00	0.98		0.00		0		
		итого				100	1.1	10.7	16.08	157	261	1.436	140	0.98	105	0.44	0	0	
	Котлеты рыбные	котлеты рыбные	102	100		27.4	5.24	0	110	325	33.15		0.00		0.00	325.00	33.15		
		Соль	2	2						16	0.03	16	0.03		0.00		0		
		Масло	2	2			0.24		22.45	140	0.28	140	0.28		0.00		0		
					50	27.40	5.48	0.00	132.45	481.00	33.46	156.00	0.31	0.00	0.00	325.00	33.15		
№442	картофельное шоре	картофель	170			2	0.4	16.3	80	25	4.25		0.00	25	4.25		0		
		молоко	24			6.4	0.39	0.74	8.2	65	1.56	65	1.56		0.00		0		
		Соль	1			-	-	-	-	16	0.02	16	0.02		0.00		0		
		Масло слив	5			0.02	2.5	0.04	23.1	625	3.13	625	3.13		0.00		0		
		итого				150	8.42	3.29	17.08	111.3	731	8.951	706	4.701	25	4.25	0	0	
944	Чай с сахаром	Заварка	1	1			-	-	-	688	0.69	688	0.69		0.00		0		
		Сахар	15	15			-	14.9	56.8	80	1.20	80	1.20		0.00		0		
		итого				200	0	0	14.9	56.8		1.888		1.888		0		0	
	хлеб	хлеб	20	20		6.96	1.2	32.96	181	51	1.02	51	1.02						
	хлеб	хлеб	30	30	40	6.96	1.2	32.96	167.2	60	1.80	60	1.80		0.00		0		
итого за день						43.9	20.7	81.0	624.8	1533.0	47.5	1062.0	9.7	130.0	4.7	325.0	33.2		

№ рецепта	Наименование блюд	Основные компоненты	Брутто	Нетто	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Всего		В том числе					
	Бюджет											За счет собственной продукции		Родительский взнос плата			
	Цена за кг									Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	
№416	Салат из моркови	морковь	65	50		1.1		5.43	28.9	20	1.30		0.00	20	1.30		0
		соль	0.5							16	0.01	16	0.01		0.00		0
		масло	10	10		0	6.93		89.9	140	1.40	140	1.40		0.00		0
		итого			60	1.1	6.9	5.4	118.8	176.0	2.7	156.0	1.4	20.0	1.3	0.0	0.0
											0.00		0.00		0.00		0
	Птица тушеная в соусе	курица	100	50		27.4	5.24	0	110	170	17.00		0.00		0.00	170.0	17
		Масло	2	2			5.99	0	53.94	140	0.28	140	0.28		0.00		0
		Мука пшеничная	4	4		0.62	0.06	4.13	20.04	40	0.16	40	0.16		0.00		0
		Соль	1	1						16	0.02	16	0.02		0.00		0
		сметана	13	13						800	10.00		0.00		0.00	800.0	10
					50	28.02	11.29	4.13	183.98	1166.00	27.46		0.46		0.00		27.00
	Макаронные отварные	Макаронные изд	53	53		5.9	1.65	31	167.5	50	2.65		0.00		0.00	50	2.65
		Масло сливочное	5	5		0.04	3.6	0.06	33.05	625	3.13	625	3.13		0.00		0
№746		Соль	1	1		-	-			16	0.02	16	0.02		0.00		0
		итого			150	5.94	5.25	31	200.55	691	5.791	641	3.141	0	0	50	2.65
					#####	#####	#####	#####	#REF!	#REF!	#####	#REF!	#REF!	#REF!	#####	#####	#REF!
	Кофейный напиток с молоком	кофейный напиток	5	5			-	-	-	500	2.50	500	2.50		0.00		0
		Сахар	20	20		0	-	14.9	56.8	80	1.60	80	1.60		0.00		0
944		итого			200	0								0	0	0	
		хлеб	20	20	20	6.96	1.2	46	167.2	51	1.02	51	1.02				
	хлеб иодированный	хлеб	30	30	30	6.96	1.2	46	167.2	60	1.80	60	1.80		0.00		0
	итого за день					#REF!	#####	#####	#REF!	#REF!	#####	#REF!	#REF!	#REF!	#####	#REF!	#REF!

№ рецепта	Наименование блюда	Основные компоненты	Брутто	Нето	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Всего		В том числе									
										Бюджет		За счет собственной продукции		Родительский взнос плата		Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма
										Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма	Цена за кг	Сумма						
	11 день																				
	Фрукты	Бананы	150	150	150	1.8	0.084	17.2	74.8	170	25.50					170	25.5				
	Запеканка картофельная с мясом	говядина котлетное мясо	63	63		16.69	12.9	0	165.5	440	27.72	440	27.72			440	27.72				
		Масло растительное	5	5		1.95	4.9		8.82	140	0.70	140	0.70								
		Картофель	230	200		92	0.1	6.4	26.5	25	5.75	25	5.75	25	5.75						
		лук	15	10		0.15	0.02	0.35	1.44	30	0.45			30	0.45						
		масло сливочное	11			0.04	3.63	0.13	33.05	625	6.88		0.00		0.00	800	8.8				
		Соль	1	1		-	-	-	-	16	0.02	16	0.02		0.00		0				
		итого			100	112.63	21.63	24.08	310.11		67.01		34.19		6.20		62.02				
№94		Чай с лимоном	заварка	1			1.02		21.76	87.14	107	50.00	107	0.11		0.00		0			
4	сахар		15			1.36		29.02	116.19	80	1.20		0.00		0.00	80	1.2				
	лимон		8							170	1.36		0.00		0.00	170	1.36				
					200	2.38	0	50.78	203.33		52.56		0.107		0		2.56				
	хлеб	хлеб	20	20	20	6.96	1.2	32.96	181	51	1.02	51	1.02								
	хлеб	хлеб	30	30	30	6.96	1.2	32.96	167.2	60	1.80	60	1.80	0.00		0					
	Масло слив.	масло сливочное	10			0.08	7.25	0.26	66.1	625	6.25		0.00		0.00	625.00	6.25				
	Сыр	Сыр гол.	10			2.26	2.57		33.79	600	6.00		0.00		0.00	600.00	6				
		итого			75	2.34	9.82	0.26	99.89	1225	12.25	0	0	0	0	1225	12.25				
	итого за день					122.05	30.08	108.08	746.74	685.00	#REF!	#REF!	#REF!	###	#REF!	#REF!	#REF!				

