

МОБУ СОШ №1 ГО «г. Якутск»
Примерное меню-раскладка на май 2020 года

Первый день, понедельник

Наименование блюда	На 1 порцию, г.	Всего, кг.
Завтрак		
Печенье, 40 г. Количество порций: 145.		
Печенье	40	5,8
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 145.		
Чай-заварка	0,003	0,5
Сахар песок	0,035	5,075
Обед		
Каша манная с маслом, 250 г. Количество порций: 229.		
Крупа манная	0,04	9,16
Молоко	0,01	2,29
Сахар песок	0,006	1,374
Масло сливочное	0,005	1,145
Какао с молоком, 200 г. Количество порций: 229.		
Какао-порошок	0,004	0,916
Молоко	0,13	29,77
Сахар песок	0,025	5,725
Сыр, 20 г. Количество порций: 229.		
Сыр порционный	0,02	4,58
Хлеб пшеничный, 20 г. Количество порций: 229.		
Хлеб пшеничный	0,02	4,58

Второй день, вторник

Наименование блюда	На 1 порцию, г.	Всего, кг.
Завтрак		
Печенье, 40 г. Количество порций: 145.		
Печенье	40	5,8
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 145.		
Чай-заварка	0,003	0,5
Сахар песок	0,035	5,075
Обед		
Сосиски отварные с маслом, 110 г. Количество порций: 229.		
Сосиски отварные	0,11	25,19
Макароны отварные, 160 г. Количество порций: 229.		
Макаронные изделия	0,056	12,824
Соус красный основной, 50 г. Количество порций: 229.		
Мука пшеничная	0,005	1,145
Масло сливочное	0,002	0,458
Томатное пюре	0,001	0,229
Морковь	0,001	0,229
Лук репчатый	0,0024	0,5496
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 229.		
Чай заварка	0,003	0,687
Сахар песок	0,035	8,015

Третий день, среда

Наименование блюда	На 1 порцию, г.	Всего, кг.
Завтрак		
Печенье, 40 г. Количество порций: 145.		
Печенье	40	5,8
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 145.		
Чай-заварка	0,003	0,5
Сахар песок	0,035	5,075
Обед		
Суп картофельный с бобовыми, 250 г. Количество порций: 229.		
Горох колотый	0,02	4,58
Картофель	0,066	15,114
Морковь	0,012	2,748
Петрушка	0,003	0,687
Масло сливочное	0,005	1,145
Мясо, говядина	0,027	6,183
Бутерброд с колбасой, 40/50 г. Количество порций: 229.		
Хлеб пшеничный	0,04	9,16
Масло сливочное	0,002	0,458
Колбаса вареная	0,05	11,45
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 229.		
Чай заварка	0,003	0,687
Сахар песок	0,035	8,015

Четвертый день, четверг

Наименование блюда	На 1 порцию, г.	Всего, кг.
Завтрак		
Печенье, 40 г. Количество порций: 145.		
Печенье	40	5,8
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 145.		
Чай-заварка	0,003	0,5
Сахар песок	0,035	5,075
Обед		
Плов с говядиной, 170 г. Количество порций: 229.		
Мясо, говядина	0,078	17,862
Морковь	0,015	3,435
Масло сливочное	0,006	1,374
Лук репчатый	0,006	1,374
Крупа рисовая	0,041	9,389
Хлеб пшеничный, 20 г. Количество порций: 229.		
Хлеб пшеничный	0,02	4,58
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 229.		
Чай заварка	0,003	0,687
Сахар песок	0,035	8,015

Пятый день, пятница

Наименование блюда	На 1 порцию, г.	Всего, кг.
Завтрак		
Печенье, 40 г. Количество порций: 145.		
Печенье	40	5,8
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 145.		
Чай-заварка	0,003	0,5
Сахар песок	0,035	5,075
Обед		
Каша молочная рисовая с маслом, 250 г. Количество порций: 229.		
Крупа рисовая	0,038	8,702
Молоко	0,013	2,977
Сахар песок	0,006	1,374
Масло сливочное	0,005	1,145
Вафли, 40 г. Количество порций: 229.		
Вафли	0,04	9,16
Конфеты шоколадные, 20 г. Количество порций: 229.		
Конфеты шоколадные	0,02	4,58
Чай с сахаром, 200 г. Количество порций: 229.		
Чай заварка	0,003	0,687
Сахар песок	0,035	8,015