



4-х недельное перспективное меню для организации питания школьников в общеобразовательных организациях на 2025 – 2026 учебный год

Наименование блюд	Выход блюда, г				Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г				Нетто, г				Сумма				Стоимость сырья				Стоимость набора				Стоимость готового блюда				
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	Т			7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	Т	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	Т	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	Т	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	Т	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	Т					
I неделя, I день																															
подгарнировка горошек зеленый	30	30	30		горошек зеленый	1000,00	30,0	30,0	30,0		30,0	30,0	30,0		30,0	30,0	30,0		30,0	30,0	30,0		30,0	30,0	30,0		45,00	45,00	45,00		
	Плов из птицы	200	22	25	0	филе курицы	1500,00	85	98	105		83	99		127,50	147,00	157,50		166,39	187,43	203,27		203,27	203,27	203,27		281,15	304,91	304,91		
						рис	585,00	45	50	55		45	50	55		26,33	29,25	32,18		32,18	32,18	32,18		32,18	32,18	32,18		32,18	32,18	32,18	
						масло растительное	782,00	5	5	7		5	45	7		1,38	1,38	1,93		1,93	1,93	1,93		1,93	1,93	1,93		1,93	1,93	1,93	
						морковь	275,00	30	34	40		26	29	33		7,14	8,09	9,52		9,52	9,52	9,52		9,52	9,52	9,52		9,52	9,52	9,52	
молоко	150	20	20	0	йодированная соль	85,00	0,1	0,2	0,3		0,1	0,2	0,3		0,01	0,02	0,03		0,03	0,03	0,03		0,03	0,03	0,03		100,50	100,50	100,50		
					молоко	335,00	150	200	200		15	20	20		50,25	67,00	67,00		67,00	67,00	67,00		67,00	67,00	67,00		75,38	100,50	100,50		
					яблоко	971,00	150	150	150		12	12	12		145,65	145,65	145,65		145,65	145,65	145,65		145,65	145,65	145,65		218,48	218,48	218,48		
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50		Хлеб ржано-пшеничный	446,00	30	50	50		30	50	50		13,38	22,30	22,30		13,38	22,30	22,30		22,30	22,30	22,30		33,45	33,45	33,45		
I неделя, 2-й день																															
Митболы	70	90	10	0	говядина	4000,00	80	90	100		85	90	90		320,00	360,00	400,00		327,34	370,58	412,06		412,06	412,06	412,06		555,88	618,09	618,09		
					пшеничный хлеб	255,00	7	12	15,0		7	12	15,0		1,79	3,06	3,83		1,79	3,06	3,83		3,83	3,83	3,83		3,83	3,83	3,83		

[illegible]

Куриные палочки	70	90	100	Йодированная соль	85,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01	110,06	139,01	162,45	166,19	209,91	245,30
				филе курицы	1500,00	66	77	88	99,00	82	71	61	82	99,00	115,50	132,00					
				пшеничный хлеб	255,00	5,0	7,0	9,0	9,0	7,0	9,0	5,0	9,0	1,28	1,79	2,30					
				мука пшеничная 1 сорт	212,00	3	6	9	9	6	9	3	6	9	0,64	1,27	1,91				
				яйцо куриное	461,00	20,0	20,0	20,0	20,0	20,0	20,0	20,0	20,0	20,0	5,10	9,22	9,22				
				молоко 2,5%	335,00	5,0	6,0	7,0	7,0	6,0	7,0	5,0	6,0	7,0	2,31	2,01	2,35				
				панировочные сухари	750,00	4,0	7,0	9,0	9,0	7,0	9,0	4,0	7,0	9,0	0,95	5,25	6,75				
				масло сливочное	3958,00	1,0	1,0	2,0	2,0	1,0	2,0	1,0	2,0	2,0	0,78	3,96	7,92				
Соус сметанный	20	20	20	Йодированная соль	85,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02	42,96	45,85	50,19	64,87	69,23	75,78	
				сметана	1728,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	17,28	17,28	17,28				
				мука 1 сорт	212,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,42	0,42	0,42				
Пюре из гороха	130	150	180	масло сливочное	3958,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	7,92	7,92	7,92	98,87	105,72	110,05	149,29	159,63	166,18
				горох лущеный	289,00	60	70	85	60	70	85	60	70	85	17,34	20,23	24,57				
				масло сливочное	3958,00	4	5	5	4	5	5	4	5	5	15,83	19,79	19,79				
Напиток Денсаулык(яблоко)	200	200	200	Йодированная соль	85,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02	153,45	153,45	153,45	230,17	230,17	230,17	
				лимон	1642,00	40,0	40,0	40,0	40,0	20,0	20,0	20,0	20,0	20,0	65,68	65,68	65,68				
				яблоко	971,00	89,0	89,0	89,0	89,0	60,0	60,0	60,0	60,0	60,0	86,42	86,42	86,42				
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50	сахар	450,00	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	1,35	1,35	1,35	13,38	22,30	22,30	20,1	33,5	33,5
				Хлеб ржано-пшеничный	446	30	50	50	50	50	50	30	50	50	13,38	22,30	22,30	13,38	22,30	22,30	20,1
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50													441,99	495,41	534,22	665,50	746,02	804,55

1 неделя, 4-й день

Фишболы из минтая	70	90	10	филе минтая	2000,00	76	86	105	57	71	90	152,00	172,00	210,00	171,61	193,55	234,45	257,42	290,32	351,68
				хлеб пшеничный из муки высшего сорта	475,00	5	8	10	5	8	10	2,38	3,80	4,75						

														I неделя, 5-й день													
Соус молочно-томатный	20	20	20	молоко	255,00	8	10	15	8	10	15	2,04	2,55	3,83	20,56	20,56	20,56	20,56	30,84	30,84	30,84	30,84	30,84	30,84			
				яйцо	335,00	8	10	8	8	10	2,68	2,68	3,35														
				масло сливочное	3958,00	3	3	3	3	3	11,87	11,87	11,87														
				мука	212,00	3	3	3	3	3	0,64	0,64	0,64														
				йодированная соль	85,00	0,1	0,1	0,2	0,1	0,2	0,01	0,01	0,01														
Картофельно-морковное пюре	130	150	180	молоко	355,00	10	10	10	10	10	10	3,55	3,55	3,55	97,87	97,87	97,87	97,87	144,10	144,10	144,10	144,10	146,80	146,80			
				мука I сорт	212,00	3	3	3	3	3	0,64	0,64	0,64														
				масло сливочное	3958,00	3	3	3	3	3	11,87	11,87	11,87														
				томатная паста	1500,00	3	3	3	3	3	4,50	4,50	4,50														
				картофель	269,00	140	144	150	93	10	11	37,66	38,74	37,66													
				морковь	275,00	55	75	90	48	57	63	15,13	20,63	15,13	30,00	30,00	30,00	30,00	45,30	45,30	45,30	45,30	45,30	45,30			
				молоко	335,00	40	15	25	40	15	25	13,40	5,03	13,40													
				масло сливочное	3958,00	8	8	8	8	8	31,66	31,66	31,66														
				йодированная соль	85,00	0,2	0,2	0,3	0,2	0,3	0,02	0,02	0,02														
				яблоко	971,00	150	150	150	12	12	12	145,65	145,65	145,65													
Напиток из шиповника	200	200	200	горошек	1000,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	55,95	55,95	55,95	55,95	84,48	84,48	84,48	84,48	84,48	84,48				
				шиповник	1820,00	30	30	30	30	30	54,60	54,60	54,60														
				сахар	450,00	3	3	3	3	3	1,35	1,35	1,35														
Хлеб ржанопшеничный	30	50	50	Хлеб ржанопшеничный	446	30	50	50	30	50	13,38	22,30	22,30	13,38	13,38	13,38	13,38	33,45	33,45	33,45	33,45	33,45	33,45				
Салат витаминный (яблоко)	60	80	100	капуста белокочанная	224,00	40	58	68	32	46	55	8,96	12,99	15,23	49,61	49,61	49,61	49,61	74,42	74,42	74,42	74,42	74,42	74,42			
				морковь	275,00	11	15	19	9	12	15	3,03	4,13	5,23													

Салат свеклой и сыром	60	80	10	свекла	380,0 0	70	90	11	55	66	92	26,60	34,20	43,70	117,9 5	156,7 8	195,9 4	176,9 2	235,1 7	293,9 2
			0	сыр полутвердый	5933,00	15	20	25	15	20	25	89,00	118,6 6	148,3 3						
				масло растительное	782,0 0	3	5	5	3	5	5	2,35	3,91	3,91						
				йодированная соль	85,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
	200	22 0	25 0	Филе курицы	1500,00	75	84	94	68	78	98	112,5 0	126,0 0	141,0 0	168,3 4	183,1 1	212,9 5	252,5 1	274,6 6	319,4 2
Паста Болоньезе из птицы				лук репчатый	238,0 0	13	15	20	10	10	13	3,09	3,57	4,76						
				морковь	275,0 0	13	1	20	10	11	15	3,58	0,28	5,50						
				масло растительное	782,0 0	3	4	5	5	5	7	2,35	3,13	3,91						
				томатная паста	1500,90	3	3	5	3	3	5	4,50	4,50	7,50						
				чеснок	600,0	1	1	1	1	1	1	0,60	0,60	0,60						
Чай каркаде				йодированная соль	85,00	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	0,02	0,02	0,03						
				макаронные изделия	662,0 0	63	68	75	63	60	75	41,71	45,02	49,65						
	200	20 0	20 0	каркаде	5050,00	0,1	0,1	0,1	50	50	50	0,51	0,51	0,51	1,86	1,86	1,86	2,78	2,78	2,78
				сахар	450,0 0	3	3	3	3	3	3	1,35	1,35	1,35						
				яблоко	971,0 0	15	15	15	12	12	12	145,6 5	145,6 5	145,6 5	145,6 5	145,6 5	145,6 5	218,4 8	218,4 8	218,4 8
яблоко/ фрукт по сезону	120	12 0	12 0																	
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	446	30	50	50	30	50	50	13,38	22,30	22,30	13,38	22,30	22,30	20,07	33,45	33,45
Итого																				
II неделя, 2-й день																				
Ежики из говядины	70	90	10	говядина	4000	60	70	85	57	67	79	240,0 0	280,0 0	340,0 0	265,0 1	315,7 9	383,3 9	397,5 2	473,6 9	575,0 8
			0	рис	585	5	8	17	5	8	17	2,93	4,68	9,95						
				лук репчатый	238,0 0	10	20	28,0 0	8	18	27,0 0	2,38	4,76	6,66						
				яйцо куриное	461,0 0	5	5	5,0	5	5	5,0	2,31	2,31	2,31						
				мука пшеничная I сорт	212,0 0	2,0	2,0	4,0	2,0	2,0	4,0	0,42	0,42	0,85						

Фишболы из минтая	70	90	100	2000,00	80	98	105	74	75	98	160,00	210,00	210,00	175,55	233,95	233,95	263,32	350,92	350,92
				филе минтая															
				хлеб пшеничный из муки высшего сорта	50	8	10	5	8	10	1,28	2,55	2,55						
				лук репчатый	60	10	10	5	8	10	1,43	2,38	2,38						
				сухари панировочные	750,00	13	15	20	13	15	20	9,75	15,00	15,00					
Соус молочно-томатный				яйцо куриное	461,00	5	5	7	5	7	2,31	3,23	3,23						
				йодированная соль	85,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
				масло растительное	782,00	1	3	1	1	3	0,78	0,78	0,78						
	20	20	20	молоко	335,00	10	10	10	10	10	3,35	3,35	3,35	20,36	20,36	20,36	30,54	30,54	30,54
				мука I сорт	212,00	3	3	3	3	3	0,64	0,64	0,64						
Картофельно-морковное пюре				масло сливочное	3958,00	3	3	3	3	3	11,87	11,87	11,87						
				томатная паста	1500,00	3	3	3	3	3	4,50	4,50	4,50						
	130	150	180	картофель	269,00	14	14	15	93	11	37,66	38,74	37,66	97,87	96,07	97,87	146,80	144,10	146,80
				морковь	275,00	55	75	90	48	57	15,13	20,63	15,13						
				молоко	335,00	40	15	25	40	15	25	13,40	5,03	13,40					
Какао с молоком				масло сливочное	3958,00	8	8	8	8	8	31,66	31,66	31,66						
				йодированная соль	85,00	0,2	0,2	0,3	0,2	0,3	0,02	0,02	0,02						
	200	200	200	какао-порошок	4000,00	7	7	7	7	7	28,00	28,00	28,00	89,65	89,65	89,65	134,48	134,48	134,48
				молоко	335,00	18	18	18	18	18	60,30	60,30	60,30						
				сахар	450,00	3	3	3	3	3	1,35	1,35	1,35						
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный	446	30	50	50	30	50	13,38	22,30	22,30	13,38	22,30	22,30	20,07	33,45	33,45
														433,46	511,94	650,19	767,90	787,34	
II неделя, 5-й день																			
Салат с морковью с сыром	60	80	100	морковь	275,00	70	90	115	55	66	19,25	24,75	31,63	110,60	147,33	183,87	165,90	220,99	275,80

[illegible]

Митболы	70	90	10	говядина	4000, 00	80	90	10	75	85	90	320,0 0	360,0 0	400,0 0	327,3 4	370,5 8	412,0 6	491,0 1	555,8 8	618,0 9
				пшеничный хлеб	255,0 0	7	12	15, 0	7	12	15, 0	1,79	3,06	3,83						
				яйцо куриное	461,0 0	5	5	5,0	5	5	5,0	2,31	2,31	2,31						
				лук репчатый	238,0 0	7	12	15	5	10	12, 0	1,67	2,86	3,57						
				масло растительное	782,0 0	2,0	3,0	3,0	2,0	3,0	3,0	1,56	2,35	2,35						
				йодированная соль	85,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02						
Соус сметанный	20	20	20	сметана	1728, 00	10, 0	10, 0	10, 0	10, 0	10, 0	10, 0	17,28	17,28	17,28	25,62	25,62	38,43	38,43	38,43	58,43
				мука I сорт	212,0 0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,42	0,42	0,42						
				масло сливочное	3958, 00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	7,92	7,92	7,92						
Макаронны отварные с овощами	13 0	15 0	18 0	макароны	662,0 0	40	45	55	40	45	55	26,48	29,79	36,41	51,05	64,81	86,84	76,57	97,21	130,2 6
				масло сливочное	3958, 00	3	5	8	3	5	88	11,87	19,79	31,66						
				морковь	275,0 0	8	10	12	6	8	10	2,20	2,75	3,30						
				лук репчатый	238,0 0	7	10	12	5	9	11	1,67	2,38	2,86						
				перец сладкий	1260, 00	7	8	10	5	6	7	8,82	10,08	12,60						

[illegible]

Наименование блюд	Выход блюда, г	Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г	Нетто, г	Сумма	Стоимость набора сырья	Стоимость готового блюда
-------------------	----------------	-------------------	------	-----------	----------	-------	------------------------	--------------------------

	7-10 лет Т	11-15 лет Т	16-18 лет Т				7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет Т	11-15 лет Т	16-18 лет Т				7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
IV неделя, 1-й день																					
Салат с морковь с сыром	60	80	100	морковь	275,00	70	90	1115	55	66	92	19,25	24,75	31,63	110,60	147,33	183,87	165,90	220,99	275,80	
				сыр полутвердый	5933,00	15	20	25	15	20	25	89,00	118,66	148,33							
				масло растительное	782,00	3	5	5	3	5	5	2,35	3,91	3,91							
				йодированная соль	85,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01							
Гречневая каша с овощами и птицей	20	22	25	филе курицы	1500,00	86	90	795	80	85	89	129,00	135,00	142,50	179,76	189,10	201,94	269,63	283,65	302,91	
				гречка	283,00	32	35	40	32	35	40	9,06	9,91	11,32							
				капуста белокочанная	224,00	43	45	47	36	38	38	9,63	10,08	10,53							
				морковь	275,00	23	25	25	19	21	21	6,33	6,88	6,88							
				лук репчатый	238,00	10	10	12	8	8	8	2,38	2,38	2,86							
				масло растительное	782,00	3	3	3	3	3	3	2,35	2,35	2,35							
				кабачки	600,00	30	30	35	24	24	28	18,00	18,00	21,00							
				томатная паста	1500,00	2	3	3	2	3	3	3,00	4,50	4,50							
молоко				йодированная соль	85,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02							
	15	20	20	молоко	335,00	150,00	200,00	0200,00	15	20	20	50,25	67,00	67,00	50,25	67,00	67,00	75,38	100,50	100,50	
	12	12	12	яблоко	971,00	150	150	4150	12	12	12	145,65	145,65	145,65	145,65	145,65	145,65	218,48	218,48	218,48	
	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	446,00	30	50	350	30	50	50	13,38	22,30	22,30	13,38	22,30	22,30	20,07	33,45	33,45	
Ленивые голубцы с говядиной								9							499,64	571,38	620,76	749,45	857,07	931,14	
	IV неделя, 2-й день																				
Ленивые голубцы с говядиной	20	22	25	говядина	4000,00	76	85	795	70	80	90	304,00	340,00	380,00	379,43	426,59	484,40	569,15	639,89	726,60	
				масло сливочное	3958,00	3	3	5	3	3	5	11,87	11,87	19,79							

Куриная грудка с овощами	70	90	10	филе курицы	1500,00	76	80	80	70	75	75	114,00	120,00	120,00	164,66	175,98	167,66	246,99	263,97	251,49
			0	морковь	275,00	20	23	25	16	19	20	5,50	6,33	6,88						
				лук репчатый	238,00	15	18	20	12	15	17	3,57	4,28	4,76						
				томатная паста	1500,00	3	3	3	3	3	3	4,50	4,50	4,50						
				сладкий перец	1260,00	20	23	25	17	19	20	25,20	28,98	31,50						
				масло сливочное	3958,00	3	3	0	3	3	3	11,87	11,87	0,00						
				йодированная соль	85,00	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	0,02	0,02	0,03						
Макароны сыром	13	15	18	макароны	662,00	46	53	63	46	53	63	30,12	34,76	41,71	91,45	113,89	150,52	137,18	170,84	225,77
		0	0	йодированная соль	85,00	0,1	0,2	0,3	0,1	0,2	0,3	0,01	0,02	0,03						
				сыр полутвердый	5933,00	7	10	15	7	10	15	41,53	59,33	89,00						
				масло сливочное	3958,00	5	5	5	5	5	5	19,79	19,79	19,79						
Напиток лимонно-яблочный	20	20	20	лимон	1642,00	40,0	40,0	40,0	20,0	20,0	20,0	65,68	65,68	65,68	153,45	153,45	153,45	230,17	230,17	230,17
	0	0	0	яблоко	971,00	89,0	89,0	89,0	60,0	60,0	60,0	86,42	86,42	86,42						
				сахар	450,00	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	1,35	1,35	1,35						
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный	446	30	50	50	30	50	50	13,38	22,30	22,30	13,38	22,30	22,30	20,07	33,45	33,45
															453,71	505,77	544,16	680,57	758,66	816,24

IV неделя, 4-й день

Тфтели рыбные	70	90	10	филе минтая	2000,00	70	74	76	63	69	70	140,00	148,00	152,00	149,28	160,59	166,75	223,92	240,89	250,12
			0	рис	585,00	6	8	9	6	8	9	3,51	4,68	5,27						
				молоко	335,00	5	8	10	5	8	10	1,68	2,68	3,35						
				лук репчатый	238,00	7	10	12	5	8	10	1,67	2,38	2,86						
				мука пшеничная 1 сорт	212,00	4	6	8	4	6	8	0,85	1,27	1,70						
				масло растительное	782,00	2	2	2	2	2	2	1,56	1,56	1,56						

[illegible]