**Организатор питания МУП «Смена» (в 7 школах)**

**Стоимость указана на март 2020 года**

**Приложение**

**Вариант 1. Примерное меню завтраков для обучающихся**

**1-4-х и 5-11-х классов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название блюда | **1-4 классы** | | | | **5-11 классы** | | | | |
| Выход (вес) порции  (мл или гр) | | | Стоимость (руб.) | Выход (вес) порции  (мл или гр) | Стоимость (руб.) | | | |
| **1 НЕДЕЛЯ** | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | | | | | | | | |
| Каша вязкая ячневая с маслом сливочным | 200/10 | | | 7-36 | 220/10 | 7-34 | | | |
| Чай\* | 200 | | | 0-96 | 200 | 0-96 | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | | 1-32 | 30 | 1-32 | | | |
| Сыр Российский | 15 | | | 8-80 | 15 | 8-80 | | | |
| **Итого** | **470** | | | **18-44** | **490** | **18-82** | | | |
| **Вторник** | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный с зеленым горошком | 136 | | | 25-35 | 136 | 25-35 | | | |
| Фрукты поштучно  (яблоко -100) | 1 шт. | | | 9 | 1 шт. | 9 | | | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | | | 4-80 | 200 | 4-80 | | | |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | | | 1-29 | 30 | 1-29 | | | |
| **Итого** | **466** | | | **40-44** | **466** | **40-44** | | | |
| **Среда** | | | | | | | | | |
| Каша овсяная на молоке с маслом сливочным | 200/10 | | | 12-37 | 220/10 | 13-21 | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | 2-35 | 200 | 2-35 | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | | 1-32 | 30 | 1-32 | | | |
| **Итого** | **440** | | | **16-04** | **460** | **16-88** | | | |
| **Четверг** | | | | | | | | | |
| Запеканка творожно-морковная со сметанным соусом | 200/15 | | | 33-44 | 220/15 | 36-50 | | | |
| Какао с молоком | 200 | | | 8-22 | 200 | 8-22 | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | | 1-32 | 30 | 1-32 | | | |
| **Итого** | **445** | | | **42-98** | **465** | **46-04** | | | |
| **Пятница** | | | | | | | | | |
| Филе трески отварное  (или тушеное) | 80 | | | 44-45 | 100 | 55-56 | | | |
| Картофель отварной | 150 | | | 4-48 | 180 | 5-38 | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | 2-35 | 200 | 2-35 | | | |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | | | 1-29 | 30 | 1-29 | | | |
| **Итого** | **460** | | | **52-57** | **510** | **64-58** | | | |
| **2 НЕДЕЛЯ** | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | | | | | | | | |
| Каша вязкая молочная пшённая с маслом сливочным | 200/10 | | | 12-15 | 220/10 | 12-98 | | | |
| Чай с лимоном\* | 200/7 | | | 2-36 | 200/7 | 2-36 | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | | 1-32 | 30 | 1-32 | | | |
| **Итого** | **447** | | | **15-83** | **467** | **16-66** | | | |
| **Вторник** |  | | | |  | | | | |
| Запеканка рисовая со сметанным соусом | 200/15 | | | 10-30 | 220/15 | | | 11-05 | |
| Какао с молоком +сыр Российский | 200  15 | | | 8-22 8-80 | 200  15 | | | 8-22 8-80 | |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | | | 1-29 | 30 | | | 1-29 | |
| **Итого** | **460** | | | **28-61** | **480** | | | **29-36** | |
| **Среда** | | | | | | | | | |
| Печень по-строгановски | 80 | | | 14-90 | 100 | | | 18-63 | |
| Гарнир – каша гречневая рассыпчатая +огурец в нарезке | 150  60 | | | 7-99 4-60 | 180  60 | | | 9-60 4-60 | |
| Чай | 200 | | | 0-96 | 200 | | | 0-96 | |
| Хлеб | 30 | | | 1-29 | 30 | | | 1-29 | |
| **Итого** | **520** | | | **29-74** | **570** | | | **35-08** | |
| **Четверг** | | | | | | | | | |
| Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным | 200/10 | | 15-15 | | 220/10 | | 16-67 | | |
| Фрукты поштучно  (мандарин - 60) | 1 шт. | | 10-00 | | 1 шт. | | 10-00 | | |
| Сыр Российский | 15 | | 8-80 | | 15 | | 8-80 | | |
| Чай \* | 200 | | 0-96 | | 200 | | 0-96 | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 1-32 | | 30 | | 1-32 | | |
| **Итого** | **415** | | **36-23** | | **435** | | **37-75** | | |
| **Пятница** | | | | | | | | | |
| Биточки (мясо или птица) | 80 | 20-75 | | | 100 | | | | 25-94 |
| Гарнир – макаронные изделия | 150 | 4-52 | | | 180 | | | | 5-42 |
| Овощи свежие (или соленые) в нарезке (огурцы) | 60 | 4-60 | | | 60 | | | | 4-60 |
| Кофейный напиток | 200 | 4-98 | | | 200 | | | | 4-98 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1-29 | | | 30 | | | | 1-29 |
| **Итого** | **520** | **36-14** | | | **570** | | | | **42-23** |
| **Средняя стоимость 1 дня (руб.)** | **31-70** | | | | **34-78** | | | | |

**\*** - чай рекомендуется готовить без добавления сахара, при подаче чая сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

**Вариант 2. Примерное меню завтраков для обучающихся**

**1-4-х и 5-11-х классов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название блюда | **1-4 классы** | | | | | | | | **5-11 классы** | | | | | | | |
| Выход (вес) порции  (мл или гр) | | | | | Стоимость (руб.) | | | Выход (вес) порции  (мл или гр) | | Стоимость (руб.) | | | | | |
| **1 НЕДЕЛЯ** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | | | | | 6-84 | | | 220 | | 7-53 | | | | | |
| Чай\* | 200 | | | | | 0-96 | | | 200 | | 0-96 | | | | | |
| Сыр Российский | 15 | | | | | 8-80 | | | 15 | | 8-80 | | | | | |
| Фрукты поштучно  (яблоко - 100) | 1 шт. | | | | | 9-00 | | | 1 шт. | | 9-00 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | | | | 1-32 | | | 30 | | 1-32 | | | | | |
| **Итого** | **445** | | | | | **26-92** | | | **465** | | **27-61** | | | | | |
| **Вторник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша геркулесовая (молочная) с маслом сливочным | 200/10 | | | | | | 12-37 | | 220/10 | 13-21 | | | | | | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | | | | | | 4-80 | | 200 | 4-80 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | | 1-29 | | 30 | 1-29 | | | | | | |
| **Итого за завтрак** | **440** | | | | | | **18-46** | | **460** | **19-30** | | | | | | |
| **Среда** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша рисовая на молоке с маслом сливочным | 200/10 | | | | | | | 12-15 | 220/10 | | 12-98 | | | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | | | | | 2-35 | 200 | | 2-35 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | | | | | | 1-32 | 30 | | 1-32 | | | | | |
| **Итого за завтрак** | **440** | | | | | | | **15-82** | **460** | | **16-65** | | | | | |
| **Четверг** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Сырники творожно-морковные с соусом молочным (или со сметаной) | 200/15 | | | | | | | 36-02 | 220/15 | | 39-34 | | | | | |
| Какао с молоком | 200 | | | | | | | 8-22 | 200 | | 8-22 | | | | | |
| Фрукты поштучно  (апельсин - 100) | 1 шт. | | | | | | | 9-00 | 1 шт. | | 9-00 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | | | | | | 1-32 | 30 | | 1-32 | | | | | |
| **Итого** | **445** | | | | | | | **54-56** | **465** | | **57-88** | | | | | |
| **Пятница** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели рыбные (пикша) | 80 | | | | | | 23-52 | | 100 | | | | 29-41 | | | |
| Картофельное пюре | 150 | | | | | | 8-17 | | 180 | | | | 9-81 | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | | | | 2-35 | | 200 | | | | 2-35 | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | | 1-29 | | 30 | | | | 1-29 | | | |
| **Итого** | **460** | | | | | | **35-33** | | **510** | | | | **42-86** | | | |
| **2 НЕДЕЛЯ** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша манная на молоке с маслом сливочным | 200/10 | | | | 12-06 | | | | 220/10 | | | | | | | 12-88 |
| Сыр Российский | 15 | | | | 8-80 | | | | 15 | | | | | | | 8-80 |
| Чай с лимоном\* | 200/7 | | | 2-36 | | | | | 200/7 | | | | | | 2-36 | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | | 1-32 | | | | | 30 | | | | | | 1-32 | |
| **Итого** | **462** | | | **24-54** | | | | | **482** | | | | | | **25-35** | |
| **Вторник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Биточки (мясо или птица) | 80 | | 17-62 | | | | | | 100 | | | | 22-02 | | | |
| Гарнир – макаронные изделия отварные | 150 | | 4-52 | | | | | | 180 | | | | 5-42 | | | |
| Какао с молоком | 200 | | 8-22 | | | | | | 200 | | | | 8-22 | | | |
| Фрукты поштучно\*\*  (яблоко - 100) | 1 шт. | | 9-00 | | | | | | 1 шт. | | | | 9-00 | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | 1-29 | | | | | | 30 | | | | 1-29 | | | |
| **Итого** | **460** | | **40-65** | | | | | | **510** | | | | **45-95** | | | |
| **Среда** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 60 | | 5-50 | | | | | | 60 | | | 5-50 | | | | |
| Омлет натуральный | 118 | | 20-25 | | | | | | 118 | | | 20-25 | | | | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | | 4-80 | | | | | | 200 | | | 4-80 | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 1-32 | | | | | | 30 | | | 1-32 | | | | |
| **Итого** | **408** | | **31-87** | | | | | | **408** | | | **31-87** | | | | |
| **Четверг** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным | 200/10 | 15-15 | | | | | | | 220/10 | | | | | 16-67 | | |
| Фрукты поштучно  (мандарин - 60) | 1 шт. | 10-00 | | | | | | | 1 шт. | | | | | 10-00 | | |
| Сыр Российский | 15 | 8-80 | | | | | | | 15 | | | | | 8-80 | | |
| Чай \* | 200 | 0-96 | | | | | | | 200 | | | | | 0-96 | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1-32 | | | | | | | 30 | | | | | 1-32 | | |
| **Итого** | **455** | **36-23** | | | | | | | **475** | | | | | **37-75** | | |
| **Пятница** | | | | | | | | | | | | | |  | | |
| Тефтели (мясо или птица) | 80 | 18-99 | | | | | | | 100 | | | | | 23-73 | | |
| Гарнир – каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7-99 | | | | | | | 180 | | | | | 9-60 | | |
| Овощи свежие (или соленые) в нарезке (огурцы) | 60 | 4-60 | | | | | | | 60 | | | | | 4-60 | | |
| Кофейный напиток | 200 | 4-98 | | | | | | | 200 | | | | | 4-98 | | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1-29 | | | | | | | 30 | | | | | 1-29 | | |
| **Итого** | **520** | **37-85** | | | | | | | **570** | | | | | **34-94** | | |
| **Средняя стоимость 1 дня (руб.)** | **32-22** | | | | | | | | **34-94** | | | | | | | |

**\*** - чай рекомендуется готовить без добавления сахара, при подаче чая сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

**Вариант 1. Примерное меню обедов для обучающихся**

**1-4-х и 5-11-х классов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название блюда | **1-4 классы** | | | | | | | | **5-11 классы** | | | | | | | | |
| Выход (вес) порции  (мл или гр) | | | | Стоимость (руб.) | | | | Выход (вес) порции  (мл или гр) | | | | | Стоимость (руб.) | | | |
| **1 НЕДЕЛЯ** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекла тушеная | 60 | | 6-15 | | | | | | 60 | | | 6-15 | | | | | |
| Суп гороховый | 250 | | 5-53 | | | | | | 250 | | | 5-53 | | | | | |
| Тефтели (мясо, птица) | 80 | | 18-99 | | | | | | 100 | | | 23-73 | | | | | |
| Гарнир - каша гречневая рассыпчатая | 150 | | 7-99 | | | | | | 180 | | | 9-60 | | | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | | 2-35 | | | | | | 200 | | | 2-35 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 0-90 | | | | | | 20 | | | 0-90 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | 1-29 | | | | | | 30 | | | 1-29 | | | | | |
| **Итого** | **790** | | **43-20** | | | | | | **840** | | | **49-55** | | | | | |
| **Вторник** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы свежие (или соленые) в нарезке | 60 | | | 4-60 | | | | | 60 | | 4-60 | | | | | | |
| Борщ со сметаной | 250/10 | | | 8-45 | | | | | 250/10 | | 8-45 | | | | | | |
| Рыба припущенная | 80 | | | 44-45 | | | | | 100 | | 55-56 | | | | | | |
| Картофельное пюре | 150 | | | 8-17 | | | | | 180 | | 9-81 | | | | | | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | | | 4-80 | | | | | 200 | | 4-80 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | 0-90 | | | | | 20 | | 0-90 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | 1-29 | | | | | 30 | | 1-29 | | | | | | |
| **Итого** | **800** | | | **72-66** | | | | | **850** | | **85-41** | | | | | | |
| **Среда** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Капуста квашеная | 60 | 4-00 | | | | | | | 60 | 4-00 | | | | | | | |
| Суп рисовый с картофелем | 250 | 5-39 | | | | | | | 250 | 5-39 | | | | | | | |
| Бефстроганов | 80 | 49-20 | | | | | | | 100 | 61-51 | | | | | | | |
| Гарнир – макаронные изделия отварные | 150 | 4-52 | | | | | | | 180 | 5-42 | | | | | | | |
| Чай\* | 200 | 0-96 | | | | | | | 200 | 0-96 | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0-90 | | | | | | | 20 | 0-90 | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1-29 | | | | | | | 30 | 1-29 | | | | | | | |
| **Итого** | **790** | **66-26** | | | | | | | **840** | **79-47** | | | | | | | |
| **Четверг** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Помидор свежий (или соленый) в нарезке | 60 | | 4-60 | | | | | | 60 | 4-60 | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты | 250 | | 8-33 | | | | | | 250 | 8-33 | | | | | | | |
| Плов из птицы  (мясная составляющая/общий вес блюда) | 80/230 | | 33-30 | | | | | | 100/280 | 40-54 | | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | 200 | | 5-07 | | | | | | 200 | 5-07 | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 0-90 | | | | | | 20 | 0-90 | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | 1-29 | | | | | | 30 | 1-29 | | | | | | | |
| **Итого** | **790** | | **53-49** | | | | | | **840** | **60-73** | | | | | | | |
| **Пятница** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 60 | | | 5-50 | | | | | 60 | | | 5-50 | | | | | |
| Суп с макаронными изделиями | 250 | | | 5-42 | | | | | 250 | | | 5-42 | | | | | |
| Печень по-строгановски | 80 | | | | 14-90 | | | | 100 | | | | 18-63 | | | | |
| Овощное рагу | 150 | | | | 5-49 | | | | 180 | | | | 6-59 | | | | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | | | | 4-80 | | | | 200 | | | | 4-80 | | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | 0-90 | | | | 20 | | | | 0-90 | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | 1-29 | | | | 30 | | | | 1-29 | | | | |
| **Итого** | **790** | | | | **38-30** | | | | **840** | | | | **43-13** | | | | |
| **2 НЕДЕЛЯ** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи свежие (или соленые) в нарезке (огурцы) | 60 | | | | | | 2-90 | | 60 | | | | | | 2-90 | | |
| Суп овощной со сметаной | 250/10 | | | | | | 10-93 | | 250/10 | | | | | | 10-93 | | |
| Тефтели (мясные) | 80 | | | | | | 18-99 | | 100 | | | | | | 23-73 | | |
| рис припущенный | 150 | | | | | | 5-42 | | 180 | | | | | | 6-50 | | |
| Компот из свежих яблок | 200 | | | | | | 5-07 | | 200 | | | | | | 5-07 | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | | 0-90 | | 20 | | | | | | 0-90 | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | | 1-29 | | 30 | | | | | | 1-29 | | |
| **Итого** | **800** | | | | | | **45-50** | | **850** | | | | | | **51-32** | | |
| **Вторник** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекла отварная | 60 | | | | | 2-70 | | | 60 | | | | | | | 2-70 | |
| Рассольник по-ленинградски | 250 | | | | | 8-06 | | | 250 | | | | | | | 8-06 | |
| Биточки (мясо или птица) | 80 | | | | | 20-75 | | | 100 | | | | | | | 25-94 | |
| картофельное пюре | 150 | | | | | 8-17 | | | 180 | | | | | | | 9-81 | |
| Чай\* | 200 | | | | | 0-96 | | | 200 | | | | | | | 0-96 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | 0-90 | | | 20 | | | | | | | 0-90 | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | 1-29 | | | 30 | | | | | | | 1-29 | |
| **Итого** | **790** | | | | | **42-83** | | | **840** | | | | | | | **49-66** | |
| **Среда** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Кабачки тушеные (икра кабачковая) | 60 | | | | 5-50 | | | | 60 | | | | | | | | 5-50 |
| Суп картофельный с рисовой крупой | 250 | | | | 5-39 | | | | 250 | | | | | | | | 5-39 |
| Жаркое по-домашнему  (мясная составляющая/общий вес блюда) | 80/230 | | | | 49-54 | | | | 100/280 | | | | | | | | 61-42 |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | | 2-35 | | | | 200 | | | | | | | | 2-35 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | 0-90 | | | | 20 | | | | | | | | 0-90 |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | 1-29 | | | | 30 | | | | | | | | 1-29 |
| **Итого** | **790** | | | | **64-97** | | | | **840** | | | | | | | | **76-85** |
| **Четверг** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Помидор свежий (или соленый) в нарезке | 60 | | | 4-60 | | | | | 60 | | | | | | | 4-60 | |
| Борщ со сметаной | 250/10 | | | 8-45 | | | | | 250/10 | | | | | | | 8-45 | |
| Котлеты (мясо или птица) | 80 | | | 17-62 | | | | | 100 | | | | | | | 22-02 | |
| Гарнир – макаронные изделия | 150 | | | 4-52 | | | | | 180 | | | | | | | 5-42 | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | | | 4-80 | | | | | 200 | | | | | | | 4-80 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | 0-90 | | | | 20 | | | | 0-90 | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | 1-29 | | | | 30 | | | | 1-29 | | | | |
| **Итого** | **800** | | | | **42-18** | | | | **850** | | | | **47-48** | | | | |
| **Пятница** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекла тушеная | 60 | | | | | | | 6-15 | 60 | | | | | | 6-15 | | |
| Суп гороховый | 250 | | | | | | | 5-53 | 250 | | | | | | 5-53 | | |
| Биточки (мясо или птица) | 80 | | | | | | | 20-75 | 100 | | | | | | 25-94 | | |
| Гарнир – каша гречневая рассыпчатая | 150 | | | | | | | 7-99 | 180 | | | | | | 9-60 | | |
| Чай с лимоном\* | 200 | | | | | | | 2-36 | 200 | | | | | | 2-36 | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | | | 0-90 | 20 | | | | | | 0-90 | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | | | 1-29 | 30 | | | | | | 1-29 | | |
| **Итого** | **790** | | | | | | | **44-97** | **840** | | | | | | **51-54** | | |
| **Средняя стоимость 1 дня (руб.)** | **51-44** | | | | | | | | **59-54** | | | | | | | | |

**\*** - чай рекомендуется готовить без добавления сахара, при подаче чая сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

**Вариант 2. Примерное меню обедов для обучающихся**

**1-4-х и 5-11-х классов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название блюда | **1-4 классы** |  | | | | | | | **5-11 классы** |  | | | | |
| Выход (вес) порции  (мл или гр) | Стоимость (руб.) | | | | | | | Выход (вес) порции  (мл или гр) | Стоимость (руб.) | | | | |
| **1 НЕДЕЛЯ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Понедельник\*\*** | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы свежие (или соленые) в нарезке | 60 | 4-60 | | | | | | | 60 | 4-60 | | | | |
| Суп крестьянский с крупой | 250 | 4-67 | | | | | | | 250 | 4-67 | | | | |
| Бефстроганов | 80 | 46-13 | | | | | | | 100 | 61-51 | | | | |
| Гарнир – капуста тушеная | 150 | 13-15 | | | | | | | 180 | 15-78 | | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 2-35 | | | | | | | 200 | 2-35 | | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0-90 | | | | | | | 20 | 0-90 | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1-29 | | | | | | | 30 | 1-29 | | | | |
| **Итого** | **790** | **73-09** | | | | | | | **840** | **91-10** | | | | |
| **Вторник** | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекла тушеная | 60 | 6-15 | | | | | | | 60 | | 6-15 | | | |
| Щи из свежей (или квашеной) капусты с картофелем | 250 | 8-33 | | | | | | | 250 | | 8-33 | | | |
| Рыба припущенная | 80 | 44-45 | | | | | | | 100 | | 55-56 | | | |
| Картофельное пюре | 150 | 8-17 | | | | | | | 180 | | 9-81 | | | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | 4-80 | | | | | | | 200 | | 4-80 | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0-90 | | | | | | | 20 | | 0-90 | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1-29 | | | | | | | 30 | | 1-29 | | | |
| **Итого** | **790** | **74-09** | | | | | | | **840** | | **86-84** | | | |
| **Среда** |  | | | | | | | |  | | | | | |
| Капуста квашеная (или тушеная) | 60 | | 4-00 | | | | | | 60 | | 4-00 | | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | | 5-42 | | | | | | 250 | | 5-42 | | | |
| Тефтели (мясо, птица) | 80 | | 18-99 | | | | | | 100 | | 23-73 | | | |
| Гарнир – каша гречневая рассыпчатая | 150 | | 7-99 | | | | | | 180 | | 9-60 | | | |
| Чай\* | 200 | | 0-96 | | | | | | 200 | | 0-96 | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 0-90 | | | | | | 20 | | 0-90 | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | 1-29 | | | | | | 30 | | 1-29 | | | |
| **Итого** | **790** | | **39-55** | | | | | | **840** | | **45-90** | | | |
| **Четверг** | | | | | | | | | | | | | | |
| Помидор свежий (или соленый) в нарезке | 60 | | | 4-60 | | | | | 60 | | 4-60 | | | |
| Борщ с картофелем и фасолью | 250 | | | 8-50 | | | | | 250 | | 8-50 | | | |
| Плов из мяса  (мясная составляющая/общий вес блюда) | 80/230 | | | 33-30 | | | | | 100/280 | | 40-54 | | | |
| Компот из свежих яблок | 200 | | | 5-07 | | | | | 200 | | 5-07 | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | 0-90 | | | | | 20 | | 0-90 | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | 1-29 | | | | | 30 | | 1-29 | | | |
| **Итого** | **790** | | | **53-66** | | | | | **840** | | **60-90** | | | |
| **Пятница** | | | | | | | | | | | | | | |
| Капуста квашеная (или тушеная) | 60 | | | | | 4-00 | | | 60 | | 4-00 | | | |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250/18 | | | | | 12-92 | | | 250/18 | | 12-92 | | | |
| Печень по-строгановски | 80 | | | | | 19-32 | | | 100 | | 23-45 | | | |
| Картофель отварной | 150 | | | | | 4-48 | | | 180 | | 5-38 | | | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | | | | | 4-80 | | | 200 | | 4-80 | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | 0-90 | | | 20 | | 0-90 | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | 1-29 | | | 30 | | 1-29 | | | |
| **Итого** | **808** | | | | | **47-71** | | | **858** | | **52-74** | | | |
| **2 НЕДЕЛЯ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи свежие (или соленые) в нарезке (огурцы) | 60 | | | | | 4-60 | | | 60 | | | 4-60 | | |
| Борщ со сметаной | 250/10 | | | | | 8-45 | | | 250/10 | | | 8-45 | | |
| Тефтели (мясные) | 80 | | | | | 18-99 | | | 100 | | | 23-73 | | |
| Гарнир – вермишель отварная | 150 | | | | | 4-52 | | | 180 | | | 5-42 | | |
| Компот из свежих яблок | 200 | | | | | 5-07 | | | 200 | | | 5-07 | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | 0-90 | | | 20 | | | 0-90 | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | 1-29 | | | 30 | | | 1-29 | | |
| **Итого** | **800** | | | | | **43-82** | | | **850** | | | **49-46** | | |
| **Вторник** | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекла отварная | 60 | | | | 2-70 | | | | 60 | 2-70 | | | | |
| Рассольник по-ленинградски | 250 | | | | 8-06 | | | | 250 | 8-06 | | | | |
| Куры тушеные | 80 | | | | 18-70 | | | | 100 | 21-30 | | | | |
| Рис припушенный | 150 | | | | 5-42 | | | | 180 | 6-50 | | | | |
| Чай\* | 200 | | | | | | 0-96 | | 200 | | | 0-96 | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | | 0-90 | | 20 | | | 0-90 | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | | 1-29 | | 30 | | | 1-29 | | |
| **Итого** | **790** | | | | | | **38-03** | | **840** | | | **41-71** | | |
| **Среда** | | | | | | | | | | | | | | |
| Кабачки тушеные | 60 | | | | | | 5-50 | | 60 | | | 5-50 | | |
| Суп картофельный с пшеничной крупой | 250 | | | | | | 5-39 | | 250 | | | 5-39 | | |
| Жаркое по-домашнему  (мясная составляющая/общий вес блюда) | 80/230 | | | | | | 49-54 | | 100/280 | | | 61-42 | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | | | | 2-35 | | 200 | | | 2-35 | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | | 0-90 | | 20 | | | 0-90 | | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | | 1-29 | | 30 | | | 1-29 | | |
| **Итого** | **790** | | | | | | **64-97** | | **840** | | | **76-85** | | |
| **Четверг** | | | | | | | | | | | | | | |
| Помидор свежий (или соленый) в нарезке | 60 | | | | | 4-60 | | | 60 | | | | 4-60 | |
| Суп гороховый | 250 | | | | | 5-53 | | | 250 | | | | 5-53 | |
| Котлеты (мясо или птица) | 80 | | | | | 17-62 | | | 100 | | | | 22-02 | |
| Гарнир – макароны отварные | 150 | | | | | 4-52 | | | 180 | | | | 5-42 | |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих), или из повидла | 200 | | | | | 4-80 | | | 200 | | | | 4-80 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | 0-90 | | | 20 | | | | 0-90 | |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | 1-29 | | | 30 | | | | 1-29 | |
| **Итого** | **790** | | | | | **39-26** | | | **840** | | | | **44-56** | |
| **Пятница** | | | | | | | | |  | | | | | |
| Огурец свежий (или соленый) в нарезке | 60 | | | | | | | 4-60 | 60 | | | | | 4-60 |
| Борщ со сметаной | 250/10 | | | | | | | 8-45 | 250/10 | | | | | 8-45 |
| Биточки (мясо или птица) | 80 | | | | | | | 20-75 | 100 | | | | | 25-94 |
| Гарнир – каша гречневая рассыпчатая | 150 | | | | | | | 7-99 | 180 | | | | | 9-60 |
| Чай с лимоном\* | 200 | | | | | | | 2-36 | 200 | | | | | 2-36 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | | | | | | 0-90 | 20 | | | | | 0-90 |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | | | 1-29 | 30 | | | | | 1-29 |
| **Итого** | **800** | | | | | | | **46-34** | **850** | | | | | **53-14** |
| **Средняя стоимость 1 дня (руб.)** | **52-05** | | | | | | | | **60-32** | | | | | |

**\*** - чай рекомендуется готовить без добавления сахара, при подаче чая сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.