

Согласовано:
Директор МАОУ «Володарская СОШ»
Прудников А.А.
« 02 » декабря 2024 г.



Согласовано:
Председатель Совета
ПО «Первомайское»
А.К. Султанов
« 02 » декабря 2024 г.



Разработано в ПО «Первомайское»

**Примерное 12-ти дневное меню
для учащихся с ОВЗ для общеобразовательных учреждений
Первомайского района
(1-4 класс)**

| <i>Понедельник 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 18,06 |
| Биточек из говядины в соусе | 100 | 56,14 |
| Чай с сахаром | 200 | 2,18 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,44 |
| Итого за Завтрак | 500 | 80,45 |

| <i>Понедельник 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|------------------------------|-----------------------------------|------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие | 60 | 9,5 |
| Стоимость завтрака 2: | 60 | 9,5 |

| <i>Понедельник 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Пирожок с повидлом | 100 | 19,2 |
| Суп с крупой (крупя рисовая) | 200 | 8,23 |
| Макароны отварные | 150 | 16,83 |
| Тефтели из говядины с рисом в соусе | 100 | 50,09 |
| Какао с молоком | 200 | 21,62 |
| хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,50 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Обед | 820 | 121,63 |

| <i>Вторник 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|--------------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Масло сливочное (порциями) | 4 | 5,14 |
| Повидло абрикосовое | 25 | 4,5 |
| Каша жидкая молочная пшеничная | 220 | 29,22 |
| Кисель с витаминами «Витошка» | 200 | 18,98 |
| Батон нарезной | 22 | 3,01 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Итого за Завтрак | 501 | 63,48 |

| <i>Вторник 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|------------------------------|-----------------------------------|------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие | 60 | 9,5 |
| Стоимость завтрака 2: | 60 | 9,5 |

| <i>Вторник 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|----------------------------------|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Роглик | 100 | 19,20 |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 14,55 |
| Рис отварной | 150 | 21,71 |
| Курица тушеная с морковью | 90 | 30,76 |
| Кисель с витаминами «Витошка» | 200 | 18,98 |
| хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Обед | 810 | 110,86 |

| <i>Среда 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Картофельное пюре | 150 | 24,15 |
| Птица, тушенная в соусе | 90 | 30,76 |
| Чай с сахаром | 200 | 2,18 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Завтрак | 500 | 61,88 |

| <i>Среда 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|---|-----------------------------------|-------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Сок натуральный в индивидуальной упаковке | 200 | 22,0 |
| Стоимость завтрака 2: | 200 | 22,0 |

| <i>Среда 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|---|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Салат картофельный с морковью и кукурузой | 60 | 10,10 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 8,21 |
| Каша перловая рассыпчатая | 150 | 18,78 |
| Биточек из курицы в соусе | 100 | 56,14 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Сок фруктовый | 200 | 11,3 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Итого за Обед | 770 | 109,32 |

| <i>Четверг 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Рагу из курицы | 220 | 55,62 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 8,20 |
| хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,50 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,88 |
| Итого за Завтрак | 500 | 70,20 |

| <i>Четверг 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|------------------------------|-----------------------------------|------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие | 60 | 9,5 |
| Стоимость завтрака 2: | 60 | 9,5 |

| <i>Четверг 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|--|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Фрукт-яблоко | 120 | 24,96 |
| Суп гороховый | 200 | 7,93 |
| Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушенная) | 150 | 25,52 |
| Котлета рыбная с морковью (минтай) в соусе | 100 | 57,0 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 20,06 |
| хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Обед | 840 | 141,13 |

| <i>Пятница 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-------------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие (пряник) | 60 | 9,5 |
| Каша жидкая молочная рисовая | 220 | 29,41 |
| Чай с сахаром | 200 | 2,18 |
| хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,5 |
| Итого за Завтрак | 520 | 44,59 |

| <i>Пятница 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|------------------------------|-----------------------------------|------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие | 60 | 9,5 |
| Стоимость завтрака 2: | 60 | 9,5 |

| <i>Пятница 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|--|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Салат картофельный с морковью и зеленым горошком | 60 | 8,22 |
| Борщ с картофелем | 200 | 12,80 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 18,06 |
| Гуляш из говядины | 90 | 112,95 |
| Чай с сахаром | 200 | 2,18 |
| хлеб пшеничный йодированный | 60 | 5,26 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,88 |
| Итого за Обед | 800 | 162,35 |

| <i>Суббота 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Макароны отварные | 150 | 16,83 |
| Курица тушеная с морковью | 90 | 30,76 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 8,2 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Завтрак | 500 | 60,58 |

| <i>Суббота 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|---|-----------------------------------|-------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Сок натуральный в индивидуальной упаковке | 200 | 22,0 |
| Стоимость завтрака 2: | 200 | 22,0 |

| <i>Суббота 1</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|----------------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Винегрет овощной | 60 | 9,13 |
| Суп с рыбными консервами (сайра) | 200 | 34,24 |
| Рис отварной | 150 | 21,71 |
| Птица, тушенная в соусе | 90 | 30,76 |
| Сок фруктовый | 200 | 11,3 |
| хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Обед | 770 | 112,8 |

| <i>Понедельник 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 18,06 |
| Биточек из курицы в соусе | 100 | 56,14 |
| Чай с сахаром | 200 | 2,18 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,44 |
| Итого за Завтрак | 500 | 80,45 |

| <i>Понедельник 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|------------------------------|-----------------------------------|------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие | 60 | 9,5 |
| Стоимость завтрака 2: | 60 | 9,5 |

| <i>Понедельник 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Пирожок с повидлом | 100 | 19,20 |
| Борщ с картофелем | 200 | 12,8 |
| Горошница | 150 | 6,83 |
| Котлета из курицы в соусе | 100 | 50,0 |
| Какао с молоком | 200 | 21,62 |
| хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,50 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Обед | 820 | 116,11 |

| <i>Вторник 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Плов с курицей | 200 | 65,13 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 8,2 |
| хлеб пшеничный йодированный | 50 | 4,38 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,60 |
| Итого за Завтрак | 500 | 81,31 |

| <i>Вторник 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|------------------------------|-----------------------------------|------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие | 60 | 9,5 |
| Стоимость завтрака 2: | 60 | 9,5 |

| <i>Вторник 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|--------------------------------|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Слойка с конфитюром | 100 | 24,0 |
| Суп с крупой (крупка перловая) | 200 | 7,93 |
| Макароны отварные | 150 | 16,83 |
| Биточек из говядины в соусе | 100 | 56,14 |
| Кисель с витаминами «Витошка» | 200 | 18,98 |
| хлеб пшеничный йодированный | 60 | 5,26 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,60 |
| Итого за Обед | 860 | 132,74 |

| <i>Среда 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Повидло абрикосовое | 25 | 4,5 |
| Масло сливочное (порциями) | 4 | 5,14 |
| Батон нарезной | 22 | 3,01 |
| Каша жидкая молочная манная | 220 | 32,83 |
| Чай с сахаром | 200 | 2,18 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Итого за Завтрак | 501 | 50,29 |

| <i>Среда 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|---|-----------------------------------|-------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Сок натуральный в индивидуальной упаковке | 200 | 22,0 |
| Стоимость завтрака 2: | 200 | 22,0 |

| <i>Среда 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Винегрет овощной | 60 | 9,13 |
| Борщ с капустой и картофелем | 200 | 12,42 |
| Картофельное пюре | 150 | 24,15 |
| Тефтели из говядины с рисом в соусе | 100 | 50,09 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 5,21 |
| хлеб пшеничный йодированный | 60 | 5,26 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4,32 |
| Итого за Обед | 830 | 110,58 |

| <i>Четверг 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-------------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Макароны отварные | 150 | 16,83 |
| Курица тушеная с морковью | 90 | 30,76 |
| Кисель с витаминами «Витошка» | 200 | 18,98 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Завтрак | 500 | 71,36 |

| <i>Четверг 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|------------------------------|-----------------------------------|------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие | 60 | 9,5 |
| Стоимость завтрака 2: | 60 | 9,5 |

| <i>Четверг 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|----------------------------------|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Фрукт-яблоко | 120 | 24,96 |
| Суп с рыбными консервами (сайра) | 200 | 34,24 |
| Рагу из курицы | 220 | 55,62 |
| хлеб пшеничный йодированный | 60 | 5,26 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Сок фруктовый | 200 | 11,3 |
| Итого за Обед | 830 | 133,54 |

| <i>Пятница 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|--------------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие (печенье) | 60 | 9,5 |
| Каша жидкая молочная овсяная | 220 | 29,58 |
| Чай с сахаром | 200 | 2,18 |
| хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,75 |
| Итого за Завтрак | 500 | 43,01 |

| <i>Пятница 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|------------------------------|-----------------------------------|------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Кондитерское изделие | 60 | 9,5 |
| Стоимость завтрака 2: | 60 | 9,5 |

| <i>Пятница 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|--|-----------------------------------|--------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Салат картофельный | 60 | 6,26 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 8,21 |
| Плов с курицей | 200 | 65,13 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 8,20 |
| хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,50 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Обед | 730 | 93,46 |

| <i>Суббота 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|---|-----------------------------------|-------------|
| Завтрак 2: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Сок натуральный в индивидуальной упаковке | 200 | 22,0 |
| Стоимость завтрака 2: | 200 | 22,0 |

| <i>Суббота 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| Завтрак: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Картофельное пюре | 150 | 24,15 |
| Птица, тушенная в соусе | 90 | 30,76 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 8,20 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,63 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,16 |
| Итого за Завтрак | 500 | 67,90 |

| <i>Суббота 2</i> | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|----------------------------------|-----------------------------------|---------------|
| Обед: | Вес, грамм | Цена, руб |
| Роглик | 100 | 19,20 |
| Щи из свежей капусты и картофеля | 200 | 9,59 |
| Жаркое по-домашнему из курицы | 200 | 60,91 |
| Какао с молоком | 200 | 21,62 |
| хлеб пшеничный йодированный | 60 | 5,26 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,88 |
| Итого за Обед | 800 | 119,46 |

| | <i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i> | |
|---------|--|-------|
| | Сумма | |
| Завтрак | | |
| 24-25 | 775,50 | 64,63 |
| Обед | | |
| 24-25 | 1463,98 | 122,0 |