

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



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



Разработано в ПО «Первомайское»

**Примерное 12-ти дневное меню  
для общеобразовательных учреждений Первомайского района  
(5-11 класс)**

<i>Понедельник 1</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Кондитерское изделие (печенье)	60	9,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	22,5
Биточек из говядины в соусе	110	60,31
Чай с сахаром	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	40	3,5
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>590</b>	<b>97,99</b>

<i>Вторник 1</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Масло сливочное (порциями)	10	12,84
Плов с курицей	250	85,0
Кисель с витаминами "Витошка"	200	18,98
Батон нарезной	30	4,10
хлеб пшеничный йодированный	60	5,26
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>126,18</b>

<i>Среда 1</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Пирожок с повидлом	100	19,20
Картофельное пюре	180	30,0
Птица, тушенная в соусе	100	37,0
Сок фруктовый	200	11,3
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,63
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>610</b>	<b>100,13</b>

<i>Четверг 1</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Роглик	100	19,20
Рагу из курицы	250	65,0
Компот из смеси сухофруктов	200	8,2
хлеб пшеничный йодированный	60	5,26
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,88
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>650</b>	<b>100,54</b>

<i>Пятница 1</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Фрукт - яблоко	120	24,96
Рис отварной	180	27,15
Птица, тушенная в соусе	100	37,0
Чай с сахаром	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	40	3,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,88
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>680</b>	<b>97,67</b>

<i>Суббота 1</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	14,0
Макароны отварные	180	19,47
Курица тушеная с морковью	100	37,0
Какао с молоком	200	21,62
хлеб пшеничный йодированный	30	2,63
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>610</b>	<b>94,72</b>

<i>Понедельник 2</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Винегрет овощной	100	19,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	22,5
Биточек из курицы в соусе	110	60,31
Чай с сахаром	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	50	4,38
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>640</b>	<b>108,37</b>

<i>Вторник 2</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Слойка с конфитюром	100	24,0
Плов с курицей	250	85,0
Компот из смеси сухофруктов	200	8,2
хлеб пшеничный йодированный	40	3,50
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>590</b>	<b>120,7</b>

<i>Среда 2</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Повидло абрикосовое	25	4,5
Масло сливочное (порциями)	4	5,14
Батон нарезной	22	3,01
Жаркое по-домашнему из курицы	250	77,4
Сок фруктовый	200	11,3
хлеб пшеничный йодированный	50	4,38
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>551</b>	<b>105,73</b>

<i>Четверг 2</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Кондитерское изделие (пряник)	60	9,5
Макароны отварные	180	19,47
Курица тушеная с морковью	100	37,0
Кисель с витаминами "Витошка"	200	18,98
хлеб пшеничный йодированный	30	2,63
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>570</b>	<b>87,58</b>

<i>Пятница 2</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Фрукт - яблоко	120	24,96
Макаронны отварные	180	19,47
Котлета «Сочная» в томатном соусе	110	60,24
Чай с сахаром	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	60	5,28
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>670</b>	<b>112,13</b>

<i>Суббота 2</i>	<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм	Цена, руб
Пирожок с повидлом	100	19,2
Картофельное пюре	180	30,0
Птица, тушенная в соусе	100	37,0
Какао с молоком	200	21,62
хлеб пшеничный йодированный	60	5,26
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,88
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>680</b>	<b>115,96</b>

		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
		Сумма	
Завтрак	24-25	1267,70	105,64(93,19)