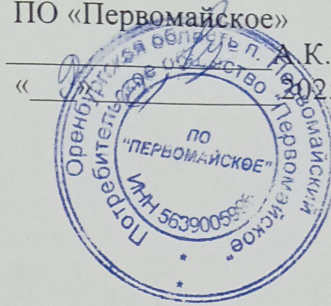


Согласовано:
Директор МБОУ «Курминская сош»
Сар А.А. Саидбаева
« 09 » 01 2025 г.



Согласовано:
Председатель Совета
ПО «Первомайское»
Султанов А.К.
« 09 » 2025 г.



Разработано в ПО «Первомайское»

**Примерное 12-ти дневное меню
для общеобразовательных учреждений Первомайского района**

Понедельник 1	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Макароны отварные	150	16,70	180	20,21
Биточек из говядины в соусе	100	58,43	110	62,70
Чай с сахаром	200	2,18	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	40	3,60
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	30	2,23
Итого за Завтрак	500	81,51	590	90,92

Вторник 1	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Масло сливочное (порциями)	4	5,04	4	5,04
Повидло абрикосовое	25	5,25	25	5,25
Каша жидкая молочная пшенная	220	30,25	250	37,32
Сок фруктовый	200	12,0	200	12,0
Батон нарезной	22	3,09	22	3,09
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	50	4,50
Итого за Завтрак	501	58,33	551	67,20

Среда 1	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Винегрет овощной	60	12,47	100	21,48
Картофельное пюре	150	25,63	180	31,70
Птица, тушенная в соусе	90	33,83	100	39,60
Чай с сахаром	200	2,18	200	2,18
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	30	2,70
Итого за Завтрак	530	76,81	610	97,66

<i>Четверг 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
Завтрак:	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	10,17	100	17,32
Каша гречневая рассыпчатая	150	18,06	180	21,90
Курица тушеная с морковью	90	33,83	100	39,60
Компот из смеси сухофруктов	200	6,73	200	6,73
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	40	3,60
Итого за Завтрак	530	71,49	550	89,15

<i>Пятница 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
Завтрак:	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Кондитерское изделие (печенье)	60	10,80	60	10,80
Каша жидкая молочная рисовая	220	29,74	250	36,35
Чай с сахаром	200	2,18	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	40	3,60
Итого за Завтрак	541	45,42	581	52,93

<i>Суббота 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
Завтрак:	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Рагу из курицы	220	62,35	250	70,34
Компот из смеси сухофруктов	200	6,73	200	6,73
хлеб пшеничный йодированный	40	3,60	60	5,40
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,0	40	3,0
Итого за Завтрак	500	75,68	550	85,47

Понедельник 2**Возраст от 7 лет до 11 лет****Возраст от 12 лет и старше**

Завтрак:	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Каша гречневая рассыпчатая	150	18,06	180	21,90
Биточек из курицы в соусе	100	58,43	110	62,70
Чай с сахаром	200	2,18	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	60	5,40
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	40	3,0
Итого за Завтрак	500	82,87	590	95,18

Вторник 2**Возраст от 7 лет до 11 лет****Возраст от 12 лет и старше**

Завтрак:	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Картофельное пюре	150	25,63	180	31,70
Птица, тушенная в соусе	90	33,83	100	39,60
Компот из смеси сухофруктов	200	6,73	200	6,73
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	60	5,40
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,23	40	3,0
Итого за Завтрак	500	71,12	680	86,43

Среда 2**Возраст от 7 лет до 11 лет****Возраст от 12 лет и старше**

Завтрак:	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Повидло абрикосовое	25	5,25	25	5,25
Масло сливочное (порциями)	4	5,04	4	5,04
Батон нарезной	22	3,09	22	3,09
Каша жидкая молочная манная	220	33,46	250	39,98
Чай с сахаром	200	2,18	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	50	4,50
Итого за Завтрак	501	51,72	551	60,04

Четверг 2**Возраст от 7 лет до 11 лет****Возраст от 12 лет и старше**

Завтрак:	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	10,17	100	17,32
Макароны отварные	150	16,70	180	20,21
Курица тушеная с морковью	90	33,83	100	39,60
Кисель с витаминами «Витошка»	200	19,00	200	19,0
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	30	2,70
Итого за Завтрак	530	82,40	610	98,83

Пятница 2**Возраст от 7 лет до 11 лет****Возраст от 12 лет и старше**

Завтрак:	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Кондитерское изделие (печенье)	60	10,80	60	10,80
Каша жидкая молочная овсяная	220	30,32	250	39,81
Чай с сахаром	200	2,18	200	2,18
хлеб пшеничный йодированный	30	2,70	60	5,40
Итого за Завтрак	510	46,0	570	58,19

Суббота 2**Возраст от 7 лет до 11 лет****Возраст от 12 лет и старше**

Завтрак:	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Винегрет овощной	60	12,47	100	21,48
Жаркое по-домашнему из курицы	200	64,38	250	87,51
Компот из смеси сухофруктов	200	6,73	200	6,73
хлеб пшеничный йодированный	40	3,60	40	3,60
Итого за Завтрак	500	87,18	550	119,32