



Директор ДУО Курдюмова В.В.
В.В. Курдюмова
2024

Согласовано
Принято
Д.А. Курдюмова
Д.А. Курдюмова

Разработано в ДУО «Пермский край»

Примерные 12-ти дневные меню
для общеобразовательных учреждений Пермского района

<i>Питание № 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Кондитерское изделие	60	10,00	60	10,0
Каша гречневая рассычатая	150	16,07	180	22,12
Биточки из творожника в масле	100	41,82	110	55,8
Чай с сахаром	200	2,1	200	2,1
Хлеб пшеничный бездрожжевой	30	2,3	30	2,3
Итого за завтрак	540	72,29	580	92,32

<i>Вторник 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Масло сливочное (первый)	10	8,4	10	8,4
Каша из зерен молочной пшеницы	250	29,68	250	30,82
Каша с витаминизированной "Патисона"	200	18,56	200	21,56
Биток порезаный	30	3,43	30	3,43
Хлеб пшеничный бездрожжевой	40	4,6	40	4,6
Итого за завтрак	530	54,67	540	63,81

<i>Среда 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Веничек оладий	60	8,5	80	11,88
Картофельное пюре	150	18,8	180	23,78
Птица, тушенная в сметане	90	33,75	90	40,5
Каша с маслом	200	17,2	200	21,2
Хлеб пшеничный бездрожжевой	30	2,3	30	2,3
Итого за завтрак	530	82,55	610	102,36

<i>Четверг 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	7,82	100	12,61
Рагу из курицы	200	55,24	250	63,51
Чай с лимоном и сахаром	200	4,78	200	4,78
Хлеб пшеничный бездрожжевой	40	2,1	40	2,1
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	40	2,5
Итого за завтрак	540	73,44	630	81,51

<i>Пятница 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Масло сливочное (пастеризованное)	4	3,36	4	3,36
Каши овсяная молочная рисовая	220	22,15	250	22,5
Чай с сахаром	200	2,1	200	2,1
Батон мясной	22	2,52	22	2,52
Повидло абрикосовое	25	4,2	25	4,2
Хлеб пшеничный бездрожжевой	40	3,1	40	3,1
Хлеб ржанозапеченый	20	1,25	40	2,5
Итого за Завтрак	531	38,68	581	50,28

<i>Суббота 1</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Сметана ферментированная	60	5,4	100	10,88
Макаронные изделия	150	12,22	180	16,08
Курица тушеная с морковью	90	15,75	100	41,6
Колбаски из смеси свиных фарш	200	8,2	200	8,2
Хлеб пшеничный бездрожжевой	20	1,55	30	2,3
Итого за Завтрак	520	63,12	610	79,06

<i>Понедельник 2</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Винегрет свежий	60	8,5	100	15,88
Каши гречневая рассыпчатая	150	16,87	180	22,12
Батончик из курицы в соусе	100	41,82	110	55,8
Чай с сахаром	200	2,1	200	2,1
Хлеб пшеничный бездрожжевой	40	3,1	50	3,88
Итого за Завтрак	550	71,99	640	99,78

<i>Вторник 2</i>	<i>Возраст от 7 лет до 11 лет</i>		<i>Возраст от 12 лет и старше</i>	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Сметана ферментированная	60	5,4	100	10,88
Плов с курицей	200	65,01	250	83,14
Чай с лимоном и сахаром	200	4,78	200	4,78
Хлеб пшеничный бездрожжевой	40	3,1	40	3,1
Итого за Завтрак	500	78,29	590	101,9

Среда 2	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Кондитерские изделия	60	10,00	60	10,0
Каша ячменная молочная вязкая	220	20,76	250	20,92
Кофейный напиток с молоком	200	16,02	200	16,02
Хлеб пшеничный бездрожжевой	30	2,3	50	3,88
Итого за Завтрак	510	49,08	560	60,82

Четверг 2	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	7,42	100	15,61
Макаронные изделия	150	12,22	180	16,08
Курочка тушеная с морковью	90	15,35	100	11,6
Компот из смеси сухофруктов	200	8,2	200	8,2
Хлеб пшеничный бездрожжевой	30	2,3	30	2,3
Итого за Завтрак	530	66,29	610	83,79

Пятница 2	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Повидло абрикосовое	25	4,2	25	4,2
Машина сливочное (маршмэлл)	4	3,36	4	3,36
Батон мясной	22	2,52	22	2,52
Каша ячменная молочная вязкая	220	21,86	250	22,15
Чай с лимоном и сахаром	200	4,78	200	4,78
Хлеб пшеничный бездрожжевой	30	2,3	60	4,6
Итого за Завтрак	501	39,02	561	51,61

Суббота 2	Возраст от 7 лет до 11 лет		Возраст от 12 лет и старше	
	Вес, грамм	Цена, руб	Вес, грамм	Цена, руб
Завтрак:				
Салат картофельный с морковью и огурцами	60	9,7	100	17,54
Рагу из курятины	200	55,24	250	70,93
Кашель с витаминизацией "Виташка"	200	18,56	200	18,56
Хлеб пшеничный бездрожжевой	30	2,3	30	2,3
Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,25	20	1,25
Итого за Завтрак	510	87,05	600	119,58