



Утверждаю
Директор школы
Т. Ю. Богданова.

ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

МКОУ «Таловская СОШ» на январь 2023 года.

Возрастная категория 7-11 лет

1 неделя

1 день(понедельник)

1.Каша молочная пшеничная

2.Какао с молоком

3.Яблоки

4.Сыр

5.Бутерброд с маслом

6. Пирожное шоколадное Cho.Pie

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка/шт.	Цена в руб.	Сумма
1	крупа пшеничная	30	0,03	65,00	1,95
2	молоко	100	0,1	90,00	9,00
3	сахар-песок	20	0,02	65,00	1,30
4	масло сливочное	5	0,005	750,00	3,75
5	соль поваренная	13	0,013	10,00	0,13
6.	какао-порошок	2	0,002	1000,00	2,00
7.	молоко	130	0,13	90,00	11,70
8.	сахар-песок	12	0,012	65,00	0,78
9.	сыр российский мягкий	20	0,02	550,00	11,00
10.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
11.	масло сливочное	5	0,005	750,00	3,75
12.	яблоко	100	0,1	76,00	7,60
13.	пирожное шоколадное cho.pie	1	1	16	16,00
				Итого	71,71

2 день(вторник)

1. Гуляш из куриного филе
2. Каша гречневая рассыпчатая
3. Компот из смеси сухофруктов
4. Хлеб пшеничный
5. Огурцы соленные

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	куриное филе	74	0,074	390,00	28,86
2	соль поваренная	11	0,011	10,00	0,11
3	лук репчатый	25	0,025	28,00	0,70
4	томатная паста	20	0,02	240,00	4,80
5	масло подсолнечное	10	0,01	139,00	1,39
7.	крупа гречневая	50	0,05	113,00	5,65
8.	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
9.	сухофрукты	20	0,02	380,00	7,60
10.	сахар-песок	20	0,02	65,00	1,30
11.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
12.	огурцы соленные	65	0,065	170,00	11,05
				Итого	71,71

3 день(среда)

1.Каша молочная ячневая

2.Чай с сахаром

3.Банан

4.Бутерброд с маслом

5.Хлеб пшеничный

6.Печенье

7. Йогурт

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	крупа ячневая	20	0,02	60,00	1,20
2	молоко	100	0,1	90,00	9,00
3	сахар-песок	20	0,02	65,00	1,30
4	масло сливочное	5	0,005	750,00	3,75
5	соль поваренная	11	0,011	10,00	0,11
6.	чай черный	1	0,001	1000,00	1,00
7.	сахар-песок	10	0,01	65,00	0,65
8.	банан	100	0,1	110,00	11,00
9.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
10.	масло сливочное	5	0,005	750,00	3,75
11.	печенье	40	0,04	180,00	7,20
12.	йогурт	1	1	30,00	30,00
				Итого	71,71

4 день(четверг)

1. Гуляш из куриного филе
2. Макароны изделия отварные с маслом
3. Компот из смеси сухофруктов
4. Хлеб пшеничный
5. Салат из белокочанной капусты с горошком

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	куриное филе	80	0,08	390,00	31,20
2	соль поваренная	1	0,001	10,00	0,01
3	лук репчатый	15	0,015	28,00	0,42
4	томатная паста	20	0,02	240,00	4,80
5	масло подсолнечное	10	0,01	139,00	1,39
7.	макаронные изделия	55	0,055	90,00	4,95
8.	соль поваренная	1	0,001	10,00	0,01
9.	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
10.	сухофрукты	25	0,025	380,00	9,50
11.	сахар-песок	20	0,02	65,00	1,30
12.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
13.	капуста белокочанная	50	0,05	27,00	1,35
14.	сахар-песок	2	0,002	65,00	0,13
15.	масло подсолнечное	10	0,01	139,00	1,39
16.	морковь	10	0,01	39,00	0,39
17.	горошек зелёный	30	0,03	150,00	4,50
18	соль поваренная	12	0,012	10,00	0,12
				Итого	71,71

5 день(пятница)

1.Каша молочная рисовая

2.Какао с молоком

3.Яйца варенные

4.Яблоки

5.Бутерброд с маслом

6. Ломтишко

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	рис	30	0,03	100,00	3,00
2	молоко	125	0,125	90,00	11,25
3	сахар-песок	20	0,02	65,00	1,30
4	масло сливочное	5	0,005	750,00	3,75
5	какао-порошок	2	0,002	1000,00	2,00
6.	молоко	100	0,1	90,00	9,00
7.	сахар-песок	20	0,02	65,00	1,30
8.	яйцо варенное	1	1	8,00	8,00
9.	соль поваренная	1	0,001	10,00	0,01
10.	яблоки	100	0,1	76,00	7,60
11.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
12.	масло сливочное	5	0,005	750,00	3,75
13.	Ломтишко	1	1	18,00	18,00
				Итого	71,71

6 день(суббота)

1.Каша молочная манная

2.Какао с молоком

3.Яблоки

4.Бутерброд с маслом

5.Сыр

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	крупа манная	20	0,02	60,00	1,20
2	молоко	125	0,125	90,00	11,25
3	сахар-песок	20	0,02	65,00	1,30
4	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
5	какао порошок	2	0,002	1000,00	2,00
6.	сахар-песок	18	0,018	65,00	1,17
8.	молоко	120	0,12	90,00	10,80
9.	яблоки	200	0,2	76,00	15,20
10.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
11.	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
12.	сыр российский	20	0,02	550,00	11,00
13.	соль поваренная	4	0,004	10,00	0,04
				Итого	71,71

2 неделя

1 день (понедельник)

1. Каша гречневая рассыпчатая
2. Котлеты из говядины
3. Компот из смеси сухофруктов
4. Хлеб пшеничный
5. Ломтишко

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	крупа гречневая	40	0,04	113,00	4,52
2	соль поваренная	10	0,01	10,00	0,10
3	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
4	котлета говяжья	60	0,06	500,00	30,00
5	сухофрукты	23	0,023	380,00	8,74
6.	сахар	10	0,01	65,00	0,65
7.	хлеб пшеничный	40	0,04	55,00	2,20
8.	Ломтишко	1	1	18,00	18,00
				Итого	71,71

2 день (вторник)

1.Плов из куриного филе

2.Чай с сахаром

3.Яблоки

4.Хлеб пшеничный

5.Салат из капусты с горошком

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	рис	50	0,05	100,00	5,00
2	куриное филе	65	0,065	390,00	25,35
3	морковь	20	0,02	39,00	0,78
4	лук репчатый	10	0,01	28,00	0,28
5	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
6.	соль поваренная	1	0,001	10,00	0,01
7.	чай черный	1	0,001	1000,00	1,00
8.	сахар-песок	20	0,02	65,00	1,30
9.	яблоки	200	0,2	76,00	15,20
10.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
11.	капуста свежая	60	0,06	27,00	1,62
12.	горошек зеленый	60	0,06	150,00	9,00
13.	сахар-песок	2	0,002	65,00	0,13
15.	соль поваренная	1	0,001	10,00	0,01
16.	морковь	10	0,01	39,00	0,39
17.	масло подсолнечное	10	0,01	139,00	1,39
				Итого	71,71

3 день(среда)

1.Макаронные изделия отварные с маслом

2.Биточки куриные

3.Компот из плодов свежих яблок

4.Хлеб пшеничный

5.Яйцо варенное

6. Пирожное шоколадное Cho.Pei

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	макаронные изделия	65	0,065	90,00	5,85
2	масло сливочное	5	0,005	750,00	3,75
3	соль	3	0,003	10,00	0,03
4	биточки Куринные	60	0,06	440,00	26,40
5	лук репчатый	20	0,02	28,00	0,56
6.	морковь	10	0,01	39,00	0,39
7.	томатная паста	10	0,01	240,00	2,40
8.	соль	5	0,005	10,00	0,05
9.	яблоки	55	0,055	76,00	4,18
12.	сахар	20	0,02	65,00	1,30
13.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
14.	яйцо варенное	1	1	8,00	8,00
15.	соль	5	0,005	10,00	0,05
16.	пирожное шоколадное Cho.Pei	1	1	16,00	16,00
				Итого	71,71

4 день(четверг)

1.Пюре картофельное

2.Котлеты куриные

3.Чай с молоком

4.Хлеб пшеничный

5.Сыр

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	картофель	220	0,22	36,00	7,92
2	молоко	35	0,035	90,00	3,15
3	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
4	соль	8	0,008	10,00	0,08
5.	котлета куриная	60	0,06	440,00	26,40
6.	чай черный	1	0,001	1000,00	1,00
7.	молоко	115	0,115	90,00	10,35
8.	сахар	24	0,024	65,00	1,56
9.	сыр российский	20	0,02	550,00	11,00
10.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
				Итого	71,71

5 день(пятница)

1.Суп гороховый

2.Сок фруктовый

3.Апельсин

4.Хлеб пшеничный

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	горох	25	0,025	70,00	1,75
2	куриное филе	75	0,075	390,00	29,25
3	лук	10	0,01	28,00	0,28
4	морковь	10	0,02	39,00	0,78
5	картофель	35	0,035	36,00	1,26
6.	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
7.	сок фруктовый	200	0,2	75,00	15,00
8.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
9.	апельсин	100	0,1	130,00	13,00
10.	соль	14	0,014	10,00	0,14
				Итого	71,71

6 день(суббота)

1.Суп вермишелевый

2.Салат из консервированной кукурузы

3.Чай с молоком

4.Хлеб пшеничный

№	Наименование продуктов питания	Граммы на ребенка	Килограмм на ребенка	Цена в руб.	Сумма
1	вермишель	25	0,025	90,00	2,25
2	картофель	70	0,07	36,00	2,52
3	масло сливочное	10	0,01	750,00	7,50
4	лук репчатый	20	0,02	28,00	0,56
5	морковь	20	0,02	39,00	0,78
6.	филе куриное	60	0,06	390,00	23,40
7.	соль	1	0,001	10,00	0,01
8.	кукуруза консервированная	100	0,1	170,00	17,00
9.	соль	6	0,006	10,00	0,06
10.	масло растительное	10	0,01	139,00	1,39
11.	чай	1	0,001	1000,00	1,00
12.	молоко	120	0,12	90,00	10,80
13.	сахар	26	0,026	65,00	1,69
14.	хлеб пшеничный	50	0,05	55,00	2,75
				Итого	71,71