



"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ № 12
 Исраилова Е.В.

М Е Н Ю
 для обучающихся в МАОУ СОШ № 12
 "16" 01 2025г

День:		Четверг 4				
Неделя: 1						
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак		1-4 класс				
271/М/ССЖ	Котлеты домашние с соусом	110	14,00	9,54	13,59	199,16
202/М/ССЖ	Макароны отварные	150	5,54	4,28	35,32	202,05
378/М/ССЖ	Чай с молоком, 200/10	200	1,65	1,27	12,45	68,42
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
Итого за Завтрак		500	24,39	15,49	82,16	569,63
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед		1-4 класс				
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	60	1,05	3,13	5,64	55,34
88/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,96	6,14	9,71	110,61
291/М/ССЖ	Плов с отварной птицей	200	19,59	13,49	38,63	351,29
342/М/ССЖ	Компот из вишни, 200/10	200	0,16	0,04	13,1	54,29
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,6	75
	Хлеб ржано—пшеничный	40	2,4	0,4	16,8	80
Итого за Обед		740	29,56	23,50	99,48	726,53
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак		5-11 класс				
271/М/ССЖ	Котлеты домашние с соусом сметанно-томатным, 100/20	120	14,58	10,95	12,75	66,1
202/М/ССЖ	Макароны отварные	180	6,09	4,34	38,84	342,505
378/М/ССЖ	Чай с молоком, 200/10	200	1,65	1,27	12,45	104,05
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,50	26,00	150
Итого за Завтрак		550	26,32	17,06	90,04	662,66
Стоимость завтрака 5-11 классы						115,85
Обед		5-11 класс				
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	100	1,57	4,19	8,61	79,1
88/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,93	6,59	12,09	128,12
291/М/ССЖ	Плов с отварной птицей	240	23,08	15,96	40,69	395,06
342/М/ССЖ	Компот из вишни, 200/10	200	0,16	0,04	13,1	54,29
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано—пшеничный	50	3	0,5	21	100
Итого за Обед		890	35,94	27,68	116,29	856,57
Стоимость обеда 5-11 классы						115,85