

"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

№ 1 "сентябрь" 2025г

День:		Пятница 10				
Неделя: 2						
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>		<b>1-4 класс</b>				
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
222/М/ССЖ	Пудинг из творога с соусом , 120/30	150	16,631	15,863	52,035	417,428
388/М/ССЖ	Чай с шиповником 200/100	200	0,	0,06	12,5	53,93
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		550	20,81	24,17	100,17	707,96
<b>Стоимость завтрака 1-4 классы</b>						<b>97,74</b>
<b>Обед</b>		<b>1-4 класс</b>				
45/М/ССК	Салат из белокочанной капусты	60	0,99	4,1	2,95	52,9
102/М/ССМ	Суп рыбный	200	7,35	7,66	11,79	146,16
278/М/ССЖ	Гуляш, 1/90	90	13,25	5,39	3,6	116,26
202/М/ССЖ	Рис припущенный с овощами	150	3,14	6,05	25,2	168,16
342/М/ССЖ	Компот из свежих яблок, 200/10	200	0,16	0,16	14,9	62,69
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	0,5	21	100
<b>Итого за Обед</b>		790	31,09	24,26	100,24	746,17
<b>Стоимость обеда 1-4 классы</b>						<b>97,74</b>

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>		<b>5-11 класс</b>				
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
222/М/ССЖ	Пудинг из творога с соусом , 150/50	200	22,175	21,15	69,380	556,570
388/М/ССЖ	Чай с шиповником 200/100	200	0,	0,06	12,5	53,93
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26,0	125
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		610	27,16	29,56	122,71	872,10
<b>Стоимость завтрака 5-11 классы</b>						<b>105,32</b>
<b>Обед</b>		<b>5-11 класс</b>				
45/М/ССК	Салат из белокочанной капусты	100	1,71	5,2	4,83	73,1
102/М/ССМ	Суп рыбный	250	9,85	9,71	14,72	186,46
278/М/ССЖ	Гуляш, 1/100	100	16,07	7,89	3,7	150,00
202/М/ССЖ	Рис припущенный с овощами	180	3,78	5,82	30,4	189,49
342/М/ССЖ	Компот из свежих яблок, 200/10	200	0,16	0,16	14,9	62,69
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26,0	125
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	0,5	21	100
<b>Итого за Обед</b>		930	38,57	29,76	115,60	886,73
<b>Стоимость обеда 5-11 классы</b>						<b>105,32</b>