

"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

с 1 сентября 2025г

День:		Понедельник 11				
Неделя:		3				
№ 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				
4/М	Бутерброд с маслом и твердым сыром 20/10/20	50	6,66	12,49	10,54	181,21
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200	6,32	6,06	37,55	230,6
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке, 200/10	200	2,94	2,54	15,92	99,04
338/М	Яблоко	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак		550	16,72	21,29	71,51	548,85
Стоимость завтрака 1-4 классы		97,74				
Обед		1-4 класс				
56/М/ССЖ	Салат овощной с яблоками	60	0,69	5,13	4,33	67,41
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	200	6,51	3,82	15,47	122,61
297/М/ССЖ	Фрикадельки куриные	90	13,64	6,06	5,83	129,85
202/М/ССЖ	Макаронь отварные	150	5,54	4,28	35,32	202,05
349/М/ССЖ	Компот из изюма, 200/10	200	0,35	0,08	21,66	86,04
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,8	80
Итого за Обед		780	32,33	20,17	120,21	787,96
Стоимость обеда 1-4 классы		97,74				

№ 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				
4/М	Бутерброд с маслом и твердым сыром 20/10/20	50	6,66	12,49	10,54	181,21
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	250	7,89	6,67	45,67	275
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке, 200/10	200	2,94	2,54	15,92	99,04
338/М	Яблоко	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак		600	18,29	21,90	79,63	593,25
Стоимость завтрака 5-11 классы		105,32				
Обед		5-11 класс				
56/М/ССЖ	Салат овощной с яблоками	100	1,17	7,22	7,28	101,25
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	250	8,37	6	18,44	163,05
297/М/ССЖ	Фрикадельки куриные	100	18,18	5,03	6,59	144,47
202/М/ССЖ	Макаронь отварные	180	6,09	4,34	38,84	218,95
349/М/ССЖ	Компот из изюма, 200/10	200	0,35	0,08	21,66	86,04
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	0,5	21	100
Итого за Обед		910	38,28	27,63	115,93	867,11
Стоимость обеда 5-11 классы		105,32				