

"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
 2025г

Вторник 12						
День:						
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						
62/М/ССК	Салат морковный	60	0,78	5,06	4,14	65,95
29 1/М/ССЖ	Плов с отварной птицей	200	19,59	13,49	38,63	351,29
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/10	200	0,26	0,03	11,26	47,79
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
		500	23,83	18,98	74,83	565,03
Итого за Завтрак						97,74
Стоимость завтрака 1-4 классы						
Обед						
1-4 класс						
39/М/ССЖ	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	0,98	2	6	47,96
82/М/ССЖ	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,41	7,03	7,78	108,54
256/М/ССЖ	Мясо тушеное	90	12,13	13,95	4,39	195,39
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,57	3,17	29,72	173,38
388/М/ССЖ	Напиток из шиповника, 200/10	200	0,54	0,22	18,71	89,33
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,6	75
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,8	80
		780	28,43	27,39	98,85	769,60
Итого за Обед						97,74
Стоимость обеда 1-4 классы						
Завтрак						
5-11 класс						
62/М/ССК	Салат морковный	100	1,30	5,10	6,9	79,95
29 1/М/ССЖ	Плов с отварной птицей	240	23,08	15,96	40,69	395,06
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/10	200	0,26	0,03	11,26	47,79
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	26,0	125
		590	28,64	21,59	84,85	647,80
Итого за Завтрак						105,32
Стоимость завтрака 5-11 классы						
Обед						
5-11 класс						
39/М/ССЖ	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	1,63	4	9,75	79,93
82/М/ССЖ	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,28	7,03	12,83	127,05
256/М/ССЖ	Мясо тушеное	100	12,17	14,12	3,66	194,15
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,60	5,61	34,33	217,85
388/М/ССЖ	Напиток из шиповника, 200/10	200	0,54	0,22	18,71	89,33
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,0	0,5	21,0	100
		930	32,42	31,75	121,08	908,31
Итого за Обед						105,32
Стоимость обеда 5-11 классы						