

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"



Д.Н. Урвачев

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ № 12

*Исраилова Е.В.*

Исраилова Е.В.

**М Е Н Ю**

для обучающихся в МАОУ СОШ № 12

"сентябрь" 2025г

День:		Вторник 2				
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
<b>Завтрак</b>		<b>1-4 класс</b>				
62/М/ССЖ	Салат морковный	60	0,78	5,06	4,14	65,95
285/М/ССЖ	Макаронник с курицей и сыром 140/40/20	200	21,74	17,83	30,85	369,5
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/10	200	0,26	0,03	11,26	47,79
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,50	26,00	125,00
<b>Итого за Завтрак</b>		510	26,78	25,84	82,96	674,25
<b>Стоимость завтрака 1-4 классы</b>						<b>97,74</b>
<b>Обед</b>		<b>1-4 класс</b>				
45/М/ССЖ	Салат из свежей капусты	60	1,026	3,644	4,626	55,408
82/М/ССЖ	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,41	7,03	7,78	108,54
290/М/ССЖ	Птица тушеная в соусе 50/50	100	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
<b>Итого за Обед</b>		790	28,48	28,71	97,63	777,05
<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>				
62/М/ССЖ	Салат морковный	100	1,3	5,1	6,9	79,95
285/М/ССЖ	Макаронник с курицей и сыром 180/50/20	250	27,18	22,29	38,56	461,88
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/10	200	0,26	0,03	11,26	47,79
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	31,2	150
<b>Итого за Завтрак</b>		610	33,54	28,02	87,92	739,62
<b>Стоимость завтрака 5-11 классы</b>						<b>105,32</b>
<b>Обед</b>		<b>5-11 класс</b>				
45/М/ССЖ	Салат из свежей капусты	100	32,768	0,200	2,750	44,875
82/М/ССЖ	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,28	6,44	12,83	127,05
290/М/ССЖ	Птица тушеная в соусе 50/50	100	12,17	14,12	3,66	194,15
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	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	0,5	21	100
<b>Итого за Обед</b>		930	63,56	27,49	114,08	873,26
<b>Стоимость обеда 5-11 классы</b>						<b>105,32</b>