



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

"12" 02 2025г

День:		Среда 3				
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				
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
213/М/ССЖ	Омлет с сыром	150	15,24	21,02	1,68	256,88
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/10	200	3,58	2,85	15,71	104,05
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26	125
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за Завтрак		560	23,50	32,22	58,22	622,53
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
103/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронами на курином бульоне	200	4,11	5,75	16,67	135,19
232/М/ССЖ	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90	90	10,432	9,395	20,311	207,525
128/М/ССЖ	Картофельное пюре	150	3,41	3,96	23,83	145,04
349/М	Компот из сухофруктов	200	1	0,2	20,2	92
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,6	75
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,8	80
Итого за Обед		770	24,44	25,14	117,74	802,17
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				
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
213/М/ССЖ	Омлет с сыром	200	20,319	28,028	2,243	342,505
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/10	200	3,58	2,85	15,71	104,05
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	31,2	150
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за Завтрак		620	29,38	39,33	63,98	733,16
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
103/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронами на курином бульоне	250	6,01	7,85	20,86	178,49
232/М/ССЖ	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/100	100	13,141	11,126	25,024	252,800
128/М/ССЖ	Картофельное пюре	180	3,94	5,67	26,52	173,36
349/М	Компот из сухофруктов	200	1	0,2	20,2	92
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	0,5	21	100
Итого за Обед		920	31,46	32,97	141,68	997,90
Стоимость обеда 5-11 классы						105,32