

"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

в "осктябрь" 2025г

День:		Понедельник 6				
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
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 овсяных хлопьев "Геркулес"	200	6,79	7,86	36,13	242,87
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	17,19	23,09	70,09	561,12
Стоимость завтрака 1-4 классы						97,74
Обед		1-4 класс				
62/М/ССЖ	Салат морковный	60	0,78	5,06	4,14	65,95
99/М/ССЖ	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,38	6,1	8,89	104,44
289/М/ССЖ	Рагу из овощей с курицей	200	16,59	12,48	19,81	255,46
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	60	3,6	0,6	25,2	120
Итого за Обед		770	27,90	24,72	100,50	731,89
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	6,660	12,49	10,54	181,21
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	250	6	6,58	46,71	270,68
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	16,38	21,81	80,67	588,93
Стоимость завтрака 5-11 классы						105,32
Обед		5-11 класс				
59/М	Салат морковный	100	1,3	5,1	6,9	79,95
116/М/ССЖ	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,2	6,53	11,02	120,21
294/М/ССЖ	Рагу из овощей с курицей	280	19,97	14,78	24,09	306,32
202/М/ССЖ	Компот из изюма, 200/10	200	0,35	0,08	21,66	86,04
349/М/ССЖ	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26	125
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,6	0,6	25,2	120
Итого за Обед		950	33,42	27,59	114,87	837,52
Стоимость обеда 5-11 классы						105,32