

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"



Д.Н. Урвачев

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ № 12



Исраилова Е.В.

МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ № 12

"19" сентября 2025г

День:		Среда 8				
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				
210/М/ССЖ	Омлет натуральный с горошком	180	14,61	15,3	3,86	211,93
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/10	200	3,58	2,85	15,71	104,05
	Хлеб пшеничный	70	5,6	0,7	36,4	175
338/М	Яблоко	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак		550	24,59	19,05	63,47	528,98
Стоимость завтрака 1-4 классы						97,74
Обед		1-4 класс				
50/М/ССЖ	Салат из свеклы с сыром	60	2,88	5,71	4,66	81,99
88/М/ССЖ	Пци из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,96	6,14	9,71	110,61
5/И	Жаркое по-домашнему (курица)	200	15,81	12,18	24,75	269,76
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		740	28,45	24,9	91,72	709,36
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				
210/М/ССЖ	Омлет натуральный с горошком	200	19,59	18,5	4,2	262,6
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/10	200	3,58	2,85	15,71	104,05
	Хлеб пшеничный	80	6,4	0,8	41,6	200
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за Завтрак		630	30,17	22,75	76,21	637,15
Стоимость завтрака 5-11 классы						105,32
Обед		5-11 класс				
50/М/ССЖ	Салат из свеклы с сыром	100	4,61	9,50	6,60	131,05
88/М/ССЖ	Пци из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	260	4,93	6,59	12,09	128,12
5/И	Жаркое по-домашнему (курица)	250	21,14	15,22	39,09	377,85
349/М	Компот из сухофруктов	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	20,80	100,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,00	0,50	21,00	100,00
Итого за Обед		900	37,88	32,41	119,78	929,02
Стоимость обеда 5-11 классы						105,32