

"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

"5" марта 2025г

День:		Понедельник 16				
Неделя: 4						
№ 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>				
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
<b>Итого за Завтрак</b>		550	17,19	23,09	70,09	561,12
<b>Стоимость завтрака 1-4 классы</b>						<b>97,74</b>
<b>Обед</b>		<b>1-4 класс</b>				
56/М/ССЖ	Салат овощной с яблоками	60	0,69	5,13	4,33	67,41
88/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,96	6,14	9,71	110,61
290/М/ССЖ	Гуляш из курицы	90	13,53	10,75	4,29	165,48
202/М/ССЖ	Макаронны отварные	150	5,54	4,28	35,32	202,05
349/М/ССЖ	Компот из изюма, 200/10	200	0,35	0,08	21,66	86,04
	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>		780	28,87	27,08	107,71	786,59
<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>				
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"	250	9,47	9,55	46,37	309,97
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
<b>Итого за Завтрак</b>		600	19,87	24,78	80,33	628,22
<b>Стоимость завтрака 5-11 классы</b>						<b>105,32</b>
<b>Обед</b>		<b>5-11 класс</b>				
56/М/ССЖ	Салат овощной с яблоками	100	1,17	7,22	7,28	101,25
88/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,9	6,59	12,09	128,2
290/М/ССЖ	Гуляш из курицы	100	14,98	9,39	4,38	159,11
202/М/ССЖ	Макаронны отварные	180	6,09	4,34	38,84	218,95
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	50	3	0,5	21	100
<b>Итого за Обед</b>		930	33,69	28,52	126,05	893,55
<b>Стоимость обеда 5-11 классы</b>						<b>105,32</b>