



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12
Исраилова Е.В.

М Е Н Ю

для обучающихся в МАОУ СОШ №12

14.03.2025г.

День/неделя: Пятница-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(1-4 класс)						
1755	Запеканка творожная с ягодным соусом 1/130/20	150	18,78	12,94	41,92	359,35
НР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,2	9,7	46,76
НР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46
22	Масло сливочное порционно 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,1	8,81	36,58
338М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00
Итого за _Завтрак		500	23,09	21,11	80,45	601,9
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед(1-4 класс)						
20	Салат из свежих огурцов 1/60	60	0,78	6,10	2,13	66,70
1764	Суп гороховый на бульоне 1/200	200	7,358	6,631	15,725	152,012
23	Голубцы ленивые 1/90	200	10,39	10,42	11,29	180,61
1720	Картофельное пюре с маслом 1/150	150	4,19	3,88	25,39	153,23
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,391	0,33	22,461	94,378
НР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	46
НР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	46,76
Итого за Обед		850	25,509	27,761	97,796	739,69
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51
День/неделя: Пятница-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(5-11 класс)						
1755	Запеканка творожная с ягодным соусом 1/150/50	200	24,442	17,696	54,724	475,922
НР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,2	9,7	46,76
НР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46
22	Масло сливочное порционно 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,1	8,81	36,58
338М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00
Итого за _Завтрак		550	28,752	25,866	93,254	718,472
Стоимость завтрака 5-11 классы						115,85
Обед(5-11 класс)						
20	Салат из свежих огурцов 1/100	100	1,19	9,14	3,65	101,66
1764	Суп гороховый на бульоне 1/250	250	9,197	8,289	19,656	190,015
23	Голубцы ленивые с мясом и соусом 1/90	90	10,39	10,42	11,29	180,61
1720	Картофельное пюре с маслом 1/180	180	5,03	5,09	30,53	188,11
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,391	0,33	22,461	94,378
НР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
НР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		860	28,598	33,669	108,387	851,173
Стоимость обеда 5-11 класс						115,85