



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ № 12
 Ибраимова Е.В.

МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ №12

№ 03 2025г

День/неделя: Пятница-2						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(1-4 класс)						
1178	Каша молочная овсяная с маслом 1/150	150	6,96	7,71	36,30	242,43
126	Бутерброд с маслом сыром и свежим огурцом 1/25/10/10/15	60	6,11	11,29	13,20	178,85
HP	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,10	8,81	36,58
338M	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,00	0,20	8,00	43,00
Итого за _Завтрак		530	15,76	19,50	76,01	547,62
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед(1-4 класс)						
55	Салат из свеклы с огурцом соленным 1/60	60	1,15	3,40	5,86	58,71
119	Суп картофельный с фасолью и сметаной на бульоне 1/200	200	4,34	5,90	18,00	142,43
1728	Жаркое по-домашнему с мясом 1/200	200	16,06	18,77	34,09	369,54
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,39	0,33	22,46	94,38
HP	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
HP	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		700	25,64	28,82	99,99	757,82
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51
День/неделя: Пятница-2						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(5-11 класс)						
1178	Каша молочная овсяная с маслом 1/200	200	8,42	7,25	41,28	264,01
126	Бутерброд с маслом сыром и свежим огурцом 1/25/10/10/15	60	6,11	11,29	13,20	178,85
HP	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,10	8,81	36,58
338M	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,00	0,20	8,00	43,00
Итого за _Завтрак		580	17,22	19,04	80,99	569,20
Стоимость завтрака 5-11 классы						115,85
Обед(5-11 класс)						
55	Салат из свеклы с огурцом соленным 1/100	100	2,97	6,83	15,19	134,08
119	Суп картофельный с фасолью и сметаной на бульоне 1/250	250	6,14	6,58	25,47	185,66
1728	Жаркое по-домашнему с мясом 1/250	250	19,22	18,32	46,46	427,55
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,39	0,33	22,46	94,38
HP	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
HP	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		840	32,42	32,48	129,16	934,43
Стоимость обеда 5-11 класс						115,85