



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12
Исраилова Е.В.

М Е Н Ю

для обучающихся в МАОУ СОШ №12

"01.04" 2025г.

День/неделя: Вторник-4						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1178	Каша молочная пшеничная с маслом 1/150	150	6,96	7,71	36,30	242,43
1707	Какао с молоком 1/200	200	4,44	3,43	16,92	116,29
126	Бутерброд с маслом сыром и свежим огурцом 1/25/10/10/15	60	6,11	11,29	13,20	178,85
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,65	0,30	8,95	41,10
НР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
Итого за Завтрак		530	19,74	22,93	85,07	625,44
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед (1-4 класс)						
20	Салат из свежих огурцов 1/60	60	0,78	6,11	2,13	66,69
339	Уха 1/200	200	2,10	7,56	14,22	133,32
783	Шницель из говядины и птицы рубленный с томатным соусом 1/60/30	90	12,62	18,11	12,44	263,19
1700	Рис отварной с маслом 1/150	150	3,85	3,98	36,74	198,17
656	Паниток из пшеничника 1/180	180	0,17	0,15	13,22	54,87
НР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
НР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		720	22,45	30,21	96,20	809,00
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51
День/неделя: Вторник-4						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1178	Каша молочная пшеничная с маслом 1/200	200	8,38	8,79	9,73	271,49
1707	Какао с молоком 1/200	200	4,44	3,43	16,92	116,29
126	Бутерброд с маслом сыром и свежим огурцом 1/25/10/10/15	60	6,11	11,29	13,20	178,85
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,65	0,30	8,95	41,10
НР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
Итого за Завтрак		580	21,16	24,01	58,50	654,49
Обед (5-11 класс)						
20	Салат из свежих огурцов 1/100	100	1,19	9,14	3,65	101,66
339	Уха 1/250	250	2,58	7,79	17,41	150,06
783	Шницель из говядины и птицы рубленный с томатным соусом 1/70/30	100	14,25	18,54	14,23	280,76
1700	Рис отварной с маслом 1/180	180	4,69	7,61	44,29	264,35
656	Паниток из пшеничника 1/180	180	0,17	0,15	13,22	54,87
НР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
НР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		850	26,58	43,65	112,38	944,46
Стоимость обеда 5-11 классы						115,85