



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ**

Столовая школы № 12

на 20 сентября 2022 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углево ды | Ккалл | Цена |
|-----------------------------|-------|-------|------|--------------|---------------|--------------|
| Гуляш из мяса | 47.70 | 10,11 | 8,46 | 5,25 | 132,82 | 64-85 |
| Макаронны отварные | 150 | 4,64 | 3,85 | 29,30 | 173,06 | 9-96 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,19 | - | 14,05 | 58,00 | 2-19 |
| Хлеб в/с с микронутриентами | 30 | 1,0 | 0,3 | 8,10 | 58,4 | 3-00 |
| Итого: | | | | | 422,28 | 80-00 |

| | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|---------------|---------------|
| Рассольник «Ленинградский» с говядиной | 6.250 | 4,25 | 7,30 | 8,95 | 105,65 | 26-21 |
| Ежики мясные с соусом | 60.50 | 17,99 | 16,58 | 8,10 | 269,15 | 48-90 |
| Каша гречневая, рассыпчатая | 150 | 2,07 | 4,5 | 27,85 | 166,4 | 14-41 |
| Компот из кураги | 200 | 1,04 | 0,06 | 30,16 | 119,49 | 14-08 |
| Хлеб «Славянский» | 60 | 2,0 | 0,60 | 16,20 | 116,8 | 6-00 |
| Итого: | | | | | 777,49 | 109-60 |

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

Соц.педагог: _____

Мед.работник: _____



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М Е Н Ю для детей 7-11 лет

Столовая школы № 12

на 20 сентября 2022 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|-----------------------------|-------|-------|------|----------|--------|-------|
| Гуляш из мяса | 47,70 | 10,11 | 8,46 | 5,25 | 132,82 | 64-85 |
| Макароны отварные | 150 | 4,64 | 3,85 | 29,30 | 173,06 | 9-96 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,19 | - | 14,05 | 58,00 | 2-19 |
| Хлеб в/с с микронутриентами | 30 | 1,0 | 0,3 | 8,10 | 58,4 | 3-00 |
| Итого: | | | | | 422,28 | 80-00 |

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

Соц.педагог: _____

Мед.работник: _____

(Handwritten signatures)



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М Е Н Ю для детей 12-17 лет**

Столовая школы № 12

на 20 сентября 2022 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|-----------------------------|-------|-------|------|----------|---------------|--------------|
| Гуляш из мяса | 25.40 | 5,38 | 6,21 | 3,02 | 105,12 | 34-85 |
| Макароны отварные | 150 | 4,64 | 3,85 | 29,30 | 173,06 | 9-96 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,19 | - | 14,05 | 58,00 | 2-19 |
| Хлеб в/с с микронутриентами | 30 | 1,0 | 0,3 | 8,10 | 58,40 | 3-00 |
| Итого: | | | | | 394,58 | 50-00 |

Экспресс-завтрак

| | | | | | | |
|------------------|-----|------|------|-------|---------------|--------------|
| Булочка «Забава» | 50 | 3,84 | 7,58 | 58,69 | 254,02 | 10-00 |
| Чай с сахаром | 202 | 0,18 | - | 15,55 | 58,45 | 2-40 |
| Итого: | | | | | 312,47 | 12-40 |

Свободные блюда

| | | | | | |
|--|-----------|--|--|--|-------|
| Салат «Секрет» | 100 | | | | 46-40 |
| Салат из свежих помидор с маслом | 100 | | | | 12-45 |
| Рассольник «Ленинградский» с говядиной | 20.250.10 | | | | 45-80 |
| Горбуша , запеченная по-бойарски | 160 | | | | 85-90 |
| Грудка , запеченная «под шубой» с помидорами | 75.75 | | | | 71-70 |
| Котлета «Домашняя » с соусом | 80.50 | | | | 57-10 |
| Гуляш из говядины | 50.75 | | | | 64-05 |
| Рулет мясной с яйцом | 100 | | | | 72-80 |
| Перец, фаршированный с соусом | 100.50 | | | | 47-90 |
| Картофельное пюре | 150 | | | | 17-00 |
| Капуста тушеная | 150 | | | | 10-70 |
| Рис отварной | 150 | | | | 14-65 |
| Компот из свежих яблок | 200 | | | | 10-10 |
| Соус красный основной | 50 | | | | 1-95 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200.7 | | | | 5-20 |
| Чай пакетированный с лимоном | 200.7 | | | | 7-95 |
| Хлеб в/с с микронутриентами | 30 | | | | 3-00 |

Зав. производством: _____
 Калькулятор: _____
 Соц. педагог: _____
 Мед. работник: _____