



Директор МАОУ СОШ № 12  
Буленико Т.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
М Е Н Ю

на 29 сентября 2022 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Ккалл	Цена
Помидоры свежие	50	0,28	0,59	1,04	5,89	5-71
Гуляш из говядины	45.60	10,02	8,67	4,98	215,36	60-71
Перловка отварная	150	3,75	6,15	38,66	177,49	8-39
Чай с сахаром	200	0,2	-	15,00	58,00	2-19
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
<b>Итого:</b>					<b>515,09</b>	<b>80-00</b>

Суп овощной с говядиной	10.250.5	9,85	14,65	22,12	206,38	29-02
Грудка, тушенная в сметанном соусе	75.50	10,59	17,85	23,56	202,32	48-20
Рис отварной	150	2,63	9,39	10,76	158,83	15-31
Компот вишневый	200	0,36	-	33,16	127,45	11-07
Хлеб в/с витаминизированный	60	2,0	0,60	16,20	77,80	6-00
<b>Итого:</b>					<b>772,78</b>	<b>109-60</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

Соц.педагог: \_\_\_\_\_

Мед.работник: \_\_\_\_\_



«Утверждаю»  
ИП Гоголева И.В.



«Согласовано»  
Директор МАОУ СОШ № 12  
Гуненко Т.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М Е Н Ю для детей 7-11 лет

Столовая школы № 12

на 29 сентября 2022 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Помидоры свежие	50	0,28	0,59	1,04	5,89	5-71
Гуляш из говядины	45.60	10,02	8,67	4,98	215,36	60-71
Перловка отварная	150	3,75	6,15	38,66	177,49	8-39
Чай с сахаром	200	0,2	-	15,00	58,00	2-19
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Итого:					515,09	80-00

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

Соц.педагог: \_\_\_\_\_

Мед.работник: \_\_\_\_\_



«Согласовано»  
 Директор МАОУ СОШ № 12  
 Пущенко Т.В.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**  
**МЕНЮ для детей 12-17 лет**

Столовая школы № 12

на 29 сентября 2022 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Гуляш из свинины	50.70	12,37	10,85	6,99	265,95	36-42
Перловка отварная	150	3,75	6,15	38,66	177,49	8-39
Чай с сахаром	200	0,2	-	15,00	58,00	2-19
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
<b>Итого:</b>					<b>559,79</b>	<b>50-00</b>

**Экспресс - завтрак**

Ватрушка с повидлом	50	2,90	2,45	22,05	133,30	10-00
Чай с сахаром	202	0,15	-	1526	58,41	2-40
<b>Итого:</b>					<b>191,71</b>	<b>12-40</b>

**Свободные блюда**

Салат свекольный с огурцом	100	14-20
Салат «Юлькин»	100	48-10
Салат из свежих овощей	100	15-00
Суп овощной, с говядиной	20.250.10	43-70
Горбуша, запеченная по-боярски	160	88-00
Оладьи из печени	100	52-65
Котлета «Домашняя» с соусом	80.50	57-10
Гуляш из говядины	50.75	68-65
Ножка куриная, фаршированная	100	51-80
Окорочка жаренные	100	64-40
Перец фаршированный	100.50	51-45
Картофельное пюре	150	18-15
Капуста, тушенная с перцем	150	13-90
Рис отварной	150	15-30
Компот из свежих яблок	200	6-50
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: \_\_\_\_\_