



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М Е Н Ю для детей 7-11 лет

Столовая школы № 12

на 20 января 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|---------------------------------|--------|-------|-------|----------|--------|-------|
| Жаркое по-домашнему с говядиной | 44.132 | 12,30 | 13,41 | 21,49 | 365,55 | 71-68 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,36 | - | 33,16 | 127,45 | 5-32 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| Итого: | | | | | 552,35 | 80-00 |

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

Соц.педагог: _____

Мед.работник: _____



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

Столовая школы № 12

на 20 января 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|---------------------------------|--------|-------|-------|----------|--------|--------|
| Огурец соленый | 30 | 0,28 | 0,59 | 1,04 | 5,89 | 9-26 |
| Жаркое по-домашнему с говядиной | 55.165 | 14,70 | 15,30 | 26,50 | 385,40 | 90-12 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,36 | - | 33,16 | 127,45 | 5-32 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| Итого: | | | | | 577,09 | 107-70 |

| | | | | | | |
|--|-----------|------|-------|-------|--------|--------|
| Салат из свежей капусты | 100 | 3,62 | 0,2 | 26,56 | 23,02 | 8,59 |
| Рассольник ленинградский с мясом со сметаной | 20.250.10 | 9,16 | 12,20 | 17,64 | 217,92 | 46-39 |
| Котлета «Домашняя» с соусом | 81.50 | 8,79 | 7,53 | 8,81 | 184,67 | 57-47 |
| Каша гречневая. рассыпчатая | 150 | 3,72 | 6,60 | 32,00 | 199,70 | 14-04 |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,12 | - | 32,15 | 122,67 | 5-91 |
| Хлеб в/с с микронутриентами | 60 | 3,23 | 0,79 | 20,50 | 146,20 | 6-00 |
| Итого: | | | | | 894,18 | 138-40 |

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
МЕНЮ для детей 12-17 лет

на 20 января 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|---------------------------------|--------|-------|-------|----------|---------------|--------------|
| Жаркое по-домашнему с говядиной | 44.132 | 12,30 | 13,41 | 21,49 | 365,55 | 71-68 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,36 | - | 33,16 | 127,45 | 5-32 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| Итого: | | | | | 552,35 | 80-00 |

Экспресс - завтрак

| | | | | | | |
|-----------------|-----|------|------|-------|---------------|--------------|
| Пирог манный | 80 | 4,32 | 8,88 | 26,88 | 206,16 | 30-00 |
| Компот вишневый | 192 | 0,36 | - | 33-16 | 127,45 | 10-10 |
| Итого: | | | | | 333,61 | 40-10 |

Свободные блюда

| | | | | | | |
|---|-----------|--|--|--|--------|--|
| Салат «Домашний» | 100 | | | | 28-80 | |
| Сельдь с картофелем и луком | 30.50.5.5 | | | | 25-30 | |
| Салат «Полоньинский» | 100 | | | | 26-40 | |
| Рассольник ленинградский с мясом со сметаной | 20.250.10 | | | | 46-40 | |
| Горбуша, запеченная по-боярски | 160 | | | | 106-50 | |
| Грудка куриная, запеченная «под шубой» с помидорами | 75.75 | | | | 73-00 | |
| Гуляш из говядины | 50.75 | | | | 74-15 | |
| Котлета «Домашняя» с соусом | 80.50 | | | | 57-10 | |
| Окорочка жаренные | 100 | | | | 41-50 | |
| Картофельное пюре | 150 | | | | 18-65 | |
| Капуста тушенная | 150 | | | | 11-55 | |
| Каша гречневая, рассыпчатая | 150 | | | | 14-05 | |
| Компот вишневый | 200 | | | | 10-50 | |
| 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: _____