



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ**

Столовая школы № 12

на 3 февраля 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углевод ы | Ккалл | Цена |
|-------------------|-------|-------|------|--------------|---------------|---------------|
| Винегрет овощной | 75 | 1,13 | 2,4 | 11,16 | 66,00 | 11-25 |
| Котлета школьная | 80.5 | 10,90 | 7,60 | 4,72 | 152,60 | 54-87 |
| Макароны отварные | 150 | 4,50 | 3,00 | 36,70 | 191,70 | 9-28 |
| Сок | 200 | 3,38 | 2,91 | 28,48 | 147,92 | 23-24 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| Конфеты | 15 | 0,60 | 4,16 | 7,17 | 62,31 | 6-06 |
| Итого: | | | | | 678,88 | 107-70 |

| | | | | | | |
|--|-----------|-------|-------|-------|---------------|---------------|
| Рассольник «Ленинградский» с говядиной | 25.250.10 | 10,26 | 11,28 | 19,56 | 256,32 | 55-45 |
| Запеканка картофельная с говядиной | 165.50 | 15,85 | 14,65 | 23,54 | 280,65 | 67-23 |
| Компот из изюма | 200 | 0,19 | 0,04 | 25,22 | 97,00 | 9-72 |
| Хлеб в/с с микронутриентами | 60 | 3,23 | 0,79 | 20,50 | 146,20 | 6-00 |
| Итого: | | | | | 780,17 | 138-40 |

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

Утверждаю
И.П. Гоголева И.В.



«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ № 12

Буденко Т.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М Е Н Ю для детей 7-11 лет

Столовая школы № 12

на 3 февраля 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|--------------------|-------|-------|------|----------|--------|--------|
| Винегрет овощной | 75 | 1,13 | 2,4 | 11,16 | 66,00 | 11-25 |
| Котлета школьная | 80.5 | 10,90 | 7,60 | 4,72 | 152,60 | 54-87 |
| Макаронны отварные | 150 | 4,50 | 3,00 | 36,70 | 191,70 | 9-28 |
| Сок | 200 | 3,38 | 2,91 | 28,48 | 147,92 | 23-24 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| Конфеты | 15 | 0,60 | 4,16 | 7,17 | 62,31 | 6-06 |
| Итого: | | | | | 678,88 | 107-70 |

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

Соц.педагог: _____

Мед.работник: _____



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

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

Столовая школы № 12

на 3 февраля 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|-------------------|-------|-------|------|----------|---------------|--------------|
| Котлета школьная | 65.5 | 8,86 | 6,18 | 3,84 | 123,99 | 44-48 |
| Макароны отварные | 150 | 4,50 | 3,00 | 36,70 | 191,70 | 9-28 |
| Сок | 200 | 3,38 | 2,91 | 28,48 | 147,92 | 23-24 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| Итого: | | | | | 521,96 | 80-00 |

Экспресс - завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------------|-----|------|------|-------|---------------|--------------|
| Ватрушка с фруктовой начинкой | 100 | 5,8 | 4,90 | 44,10 | 266,60 | 30-00 |
| Чай «Цитрусовый заряд» | 210 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 62,80 | 10-10 |
| Итого: | | | | | 329,40 | 40-10 |

Свободные блюда

| | | | | | | |
|---|--|--|-----------|--|--|--------|
| Сельдь с картофелем | | | 30.50.5.5 | | | 35-00 |
| Минтай под маринадом | | | 75.75 | | | 30-10 |
| Салат «Морской» | | | 100 | | | 29-50 |
| Салат из свежих овощей с маслом | | | 100 | | | 39-20 |
| Рассольник «Ленинградский» с говядиной | | | 20.250.10 | | | 48-30 |
| Минтай жаренный | | | 100 | | | 35-50 |
| Горбуша «Боярская» | | | 160 | | | 113-80 |
| Гуляш из говядины | | | 50.75 | | | 74-45 |
| Котлета Домашняя с соусом | | | 80.50 | | | 57-70 |
| Окорочка фаршированные | | | 100 | | | 48-00 |
| Грудка куриная, запеченная «под шубой» с помидорами | | | 75.75 | | | 76-20 |
| Окорочка жаренные | | | 100 | | | 36-15 |
| Плов из говядины | | | 50.200 | | | 84-30 |
| Печень по-строгановски | | | 75.50 | | | 57-80 |
| Картофельное пюре | | | 150 | | | 18-65 |
| Капуста тушенная | | | 150 | | | 11-70 |
| Булгур отварной | | | 150 | | | 20-40 |
| Компот вишневый | | | 200 | | | 10-00 |
| 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: _____