



«Утверждаю»  
ИИИ Гоголева И.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
М Е Н Ю

Столовая школы № 12

на 7 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Кукуруза консервированная	23	0,48	0,27	2,48	20,47	9-78
Плов из курицы	50.150	17,92	5,32	28,81	287,62	38-34
Компотик теплый вишневый	200	0,36	0,64	33,16	127,45	11-78
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Мандарин	2/70	1,79	0,54	1,71	42,48	44-80
<b>Итого:</b>					<b>536,37</b>	<b>107-70</b>

Суп картофельный с горохом, с говядиной	18.250	6,95	6,45	22,56	175,69	39-82
Бифштекс рубленый	60.5	7,41	10,31	7,04	166,47	70-98
Капуста тушеная	150	2,86	3,26	65,02	141,00	12-66
Напиток из шиповника	200	0,31	0,14	23,93	93,61	8-94
Хлеб в/с	60	3,00	0,90	25,02	116,05	6-00
<b>Итого:</b>					<b>692,82</b>	<b>138-40</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

Соц.педагог: \_\_\_\_\_

Мед.работник: \_\_\_\_\_



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М Е Н Ю для детей 7-11 лет

Столовая школы № 12

на 7 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Кукуруза консервированная	23	0,48	0,27	2,48	20,47	9-78
Плов из курицы	50.150	17,92	5,32	28,81	287,62	38-34
Компотик теплый вишневый	200	0,36	0,64	33,16	127,45	11-78
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Мандарин	2/70	1,79	0,54	1,71	42,48	44-80
<b>Итого:</b>					<b>536,37</b>	<b>107-70</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_  
 Калькулятор: \_\_\_\_\_  
 Соц. педагог: \_\_\_\_\_  
 Мед. работник: \_\_\_\_\_



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
МЕНЮ для детей 12-17 лет

Столовая школы № 12

на 7 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Плов из курицы	47.141	15,69	4,12	25,63	280,14	36-42
Компотик теплый вишневый	200	0,36	0,64	33,16	127,45	11-78
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Яблоко	180	0,87	0,56	47,32	173,18	28-80
<b>Итого:</b>					<b>639,12</b>	<b>80-00</b>

Экспресс - завтрак

Пирожок, печенный с картофелем	100	5,90	9,10	41,90	270,00	28-00
Компотик теплый вишневый	206	0,37	0,65	33,20	127,65	12-10
<b>Итого:</b>					<b>397,65</b>	<b>40-10</b>

Свободные блюда

Салат из свежих овощей с маслом	100				40-85	
Салат «Яичный»	100				25-90	
Суп картофельный с горохом, с говядиной	20.250				41-60	
Горбуша, запеченная по-боярски	160				123-20	
Минтай жаренный	100				32-35	
Грудка куриная, запеченная «под шубой» с помидорами	75.75				79-65	
Фрикасе из курицы	100				39-90	
Окорочка жаренные	100				35-55	
Котлета «Домашняя»	80.50				56-00	
Гуляш из говядины	50.75				74-50	
Картофельное пюре	150				18-75	
Капуста тушеная	150				12-70	
Рис отварной	150				14-15	
Компот вишнево-яблочный	200				9-90	
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: \_\_\_\_\_