



«Утверждаю»  
ИИ Гоголева И.В.



«Согласовано»  
Директор МАОУ СОШ № 12  
Луденко Г.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
М Е Н Ю

Столовая школы № 12

на 13 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккалл	Цена
Каша рисовая с маслом	192.10	5,88	12,01	30,40	253,64	23-90
Чай с сахаром	200	0,2	-	15,00	58,00	1-90
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Йогурт молочный	125	2,06	1,58	3,95	35,65	48-90
Булочка с начинкой	100	8,2	18,40	51,50	288,00	30-00
<b>Итого:</b>					<b>693,64</b>	<b>107-70</b>

Огурцы свежие	48	0,22	0,03	0,60	3,01	14-14
Суп овощной с говядиной	25.250.10	8,25	10,24	12,69	225,62	52-21
Грудка отварная с маслом	75.5	18,57	16,16	0,03	219,90	42-90
Макароньы отварные	150	3,87	3,21	29,30	191,70	8-42
Компот из кураги	200	1,04	-	0,06	119,49	14-73
Хлеб в/с с микронутриентами	60	3,23	0,79	20,50	146,20	6-00
<b>Итого:</b>					<b>905,92</b>	<b>138-40</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

Соц.педагог: \_\_\_\_\_

Мед.работник: \_\_\_\_\_

Утверждаю»  
ИП Гоголева И.В.



«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ № 12  
Луценко Т.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М Е Н Ю для детей 7-11 лет

Столовая школы № 12

на 13 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Каша рисовая с маслом	192.10	5,88	12,01	30,40	253,64	23-90
Чай с сахаром	200	0,2	-	15,00	58,00	1-90
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Йогурт молочный	125	2,06	1,58	3,95	35,65	48-90
Булочка с начинкой	100	8,2	18,40	51,50	288,00	30-00
<b>Итого:</b>					<b>693,64</b>	<b>107,70</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

Соц.педагог: \_\_\_\_\_

Мед.работник: \_\_\_\_\_

«Утверждаю»  
И.В. Тоголева



«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ № 12  
Луценко Т.В.



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

Столовая школы № 12

на 03 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Гливоды	Ккалл	Цена
Каша рисовая с маслом	210.10	6,43	13,14	33,25	277,42	26-20
Чай с сахаром	200	0,2	-	15,00	58,00	1-90
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Йогурт молочный	125	2,06	1,58	3,95	35,65	48-90
Итого:					429,42	80-00

**Экспресс - завтрак**

Котлета куриная с булочкой	80.70	6,57	3,68	57,78	330,26	38-20
Чай с сахаром	200	0,2	-	15,00	58,00	1-90
Итого:					388,26	40-10

**Свободные блюда**

Салат из свежих овощей с маслом	100				40-85
Салат «Юлькин»	100				46-40
Салат из свеклы с сыром	100				24-35
Суп овощной с говядиной	20.250.10				45-05
Горбуша, запеченная по-бойрски	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 фаршированные	100				48-60
Котлета «Домашняя»	80.50				56-00
Гуляш из говядины	50.75				74-50
Плов из говядины	50.200				85-25
Картофельное пюре	150				18-75
Капуста тушенная	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 микроэлементами	30				3-00

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