



«Утверждено»
ИИ Тоголева И.В.



«Согласовано»
Директор МАОУ СОШ № 12
Лупенко Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

Столовая школы № 12

на 30 января 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Помидоры свежие	50	0,34	0,74	1,1	5,69	14-98
Плов из мяса	50.200	12,65	13,98	38,45	325,65	60-24
Компот из яблок	200	0,36	0,64	33,16	127,45	9-48
Хлеб в/с витаминизированный	30	1,0	0,30	8,10	38,90	3-00
Корж молочный	75	4,8	8,5	48,40	288,00	20-00
Итого:					785,69	107-70

Рассольник «Ленинградский» с говядиной	14.250.10	6,41	8,95	12,54	170,15	38-84
Котлета по-хлыновски с соусом	80.50	11,05	9,65	7,89	165,55	65-10
Каша гречневая	150	3,75	6,15	32,00	177,50	12-01
Компот из кураги	200	1,04	-	0,06	30,16	16-45
Хлеб в/с витаминизированный	60	4,7	0,97	29,11	146,79	6-00
Итого:					690,15	138-40

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

Соц.педагог: _____

Мед.работник: _____



ПРИЯТНОГО ПИЕТИТА

М Е Н Ю для детей 11 лет

Столовая школы № 12

на 30 января 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Помидоры свежие	50	0,34	0,74	1,1	5,69	14-98
Плов из мяса	50.200	12,65	13,98	38,45	325,65	60-24
Компот из яблок	200	0,36	0,64	33,16	127,45	9-48
Хлеб в/с витаминизированный	30	1,0	0,30	8,10	38,90	3-00
Корж молочный	75	4,8	8,5	48,40	288,00	20-00
Итого:					785,69	107-70

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

Соц.педагог: _____

Мед.работник: _____



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
 М Е Н Ю для детей 12-17 лет
 на 30 января 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Помидоры свежие	25	0,18	0,36	0,6	3,56	7-28
Плов из мяса	50.200	12,65	13,98	38,45	325,65	60-24
Компот из яблок	200	0,36	0,64	33,16	127,45	9-48
Хлеб в/с витаминизированный	30	1,0	0,30	8,10	38,90	3-00
Итого:					495,56	80-00

Экспресс - завтрак

Котлета куриная с булочкой	75.70	6,57	3,68	57,78	330,26	36-32
Чай с сахаром, с лимоном	200.7	0,3	-	16,56	60,00	3-78
Итого:					390,26	40-10

Свободные блюда

Сельдь с картофелем	30.50.5.5					25-40
Салат «Полоньский»	100					28-25
Салат «Печеночный»	100					37-80
Рассольник «Ленинградский» с говядиной	20.250.10					48-10
Минтай жаренный	100					35-50
Горбуша «Аппетитная»	300					94-55
Сосиска отварная	60.5					37-65
Плов из свинины	50.200					60-25
Гуляш из говядины	50.75					74-45
Котлета по-хлыновски с соусом	80.50					65-10
Окорочка фаршированные	100					48-00
Грудка куриная, запеченная «под шубой» с помидорами	75.75					76-20
Картофельное пюре	150					18-65
Капуста тушенная	150					11-70
Рис отварной	150					14-05
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: _____