



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

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
 М Е Н Ю**

Столовая школы № 12

на 2 марта 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Угледо ы | Ккалл | Цена |
|-------------------|-------|-------|------|-------------|---------------|---------------|
| Огурцы свежие | 70 | 0,34 | 0,07 | 0,83 | 9,65 | 20-49 |
| Гуляш из говядины | 50.75 | 11,23 | 9,89 | 5,32 | 265,65 | 74-52 |
| Каша перловая | 150 | 3,10 | 5,50 | 26,67 | 166,42 | 7-82 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | - | 15,00 | 58,00 | 1-87 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| ИТОГО: | | | | | 558,07 | 107-70 |

| | | | | | | |
|------------------------------------|-----------|-------|-------|-------|---------------|---------------|
| Суп овощной с говядиной | 25.250.10 | 11,26 | 16,59 | 25,78 | 235,95 | 52-72 |
| Грудка, тушенная в сметанном соусе | 100.50 | 14,81 | 23,38 | 30,21 | 295,65 | 58-55 |
| Макароньы отварные | 150 | 4,50 | 3,00 | 36,70 | 191,70 | 9-38 |
| Компот вишневыи | 200 | 0,36 | - | 33,16 | 127,45 | 11-75 |
| Хлеб в/с витаминизированныи | 60 | 2,0 | 0,60 | 16,20 | 77,80 | 6-00 |
| Итого: | | | | | 928,55 | 138-40 |

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 12-17 лет

Столовая школы № 12

на 2 марта 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|-------------------|-------|-------|------|----------|--------|-------|
| Гуляш из говядины | 45.68 | 10,11 | 8,90 | 4,79 | 239,09 | 67-31 |
| Каша перловая | 150 | 3,10 | 5,50 | 26,67 | 166,42 | 7-82 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | - | 15,00 | 58,00 | 1-87 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| ИТОГО: | | | | | 521,86 | 80-00 |

Экспресс - завтрак

| | | | | | | |
|----------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|
| Пицца школьная | 90 | 14,40 | 18,36 | 22,50 | 315,00 | 38-00 |
| Чай с сахаром | 210 | 0,24 | - | 15,90 | 58,99 | 2-10 |
| Итого: | | | | | 373,99 | 40-10 |

Свободные блюда

| | | | | | |
|---|--|--|-----------|--|--------|
| Салат «Юлькин | | | 100 | | 49-60 |
| Салат «Полоньинский» | | | 100 | | 30-70 |
| Салат из свеклы с сыром | | | 100 | | 24-35 |
| Суп овощной с говядиной | | | 20.250.10 | | 45-90 |
| 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 тушенная | | | 150 | | 12-60 |
| 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: _____



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М Е Н Ю для детей 7-11 лет

Столовая школы № 12

на 2 марта 2023 г.

| Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | Цена |
|-------------------|-------|-------|------|----------|---------------|---------------|
| Огурцы свежие | 70 | 0,34 | 0,07 | 0,83 | 9,65 | 20-49 |
| Гуляш из говядины | 50.75 | 11,23 | 9,89 | 5,32 | 265,65 | 74-52 |
| Каша перловая | 150 | 3,10 | 5,50 | 26,67 | 166,42 | 7-82 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | - | 15,00 | 58,00 | 1-87 |
| Хлеб в/с | 30 | 1,50 | 0,45 | 12,15 | 58,35 | 3-00 |
| ИТОГО: | | | | | 558,07 | 107-70 |

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

Соц.педагог: _____

Мед.работник: _____