

«Утверждаю»

ИП Гоголева И.В.



«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ № 12

Луценко Т.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

МЕНЮ

Столовая школы № 12

на 3 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккалл	Цена
Винегрет овощной	60	0,90	1,92	8,93	52,80	8-86
Котлета школьная	80.5	10,90	7,60	4,72	152,60	47-05
Макаронны отварные	150	4,50	3,00	36,70	191,70	9-38
Сок	200	3,38	2,91	28,48	147,92	15-41
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Мандарин	75	0,64	0,31	0,94	65,65	24-00
Итого:					669,02	107-70

Огурец свежий	81	0,38	0,04	0,95	10,03	23-71
Рассольник «Ленинградский» с говядиной	25.250.10	10,26	11,28	19,56	256,32	44-45
Запеканка картофельная с говядиной	160.50	15,85	14,65	23,54	280,65	55-45
Компот из изюма	200	0,19	0,04	25,22	97,00	8-79
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: _____



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

Столовая школы № 12

на 3 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Котлета школьная	89.5	12.13	8.45	5.25	169.77	52-21
Макароны отварные	150	4,50	3,00	36,70	191,70	9-38
Сок	200	3,38	2,91	28,48	147,92	15-41
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Итого:					567.74	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

Салат «Юлькин	100				49-60	
Салат «Полоньинский»	100				30-70	
Салат из свеклы с сыром	100				24-35	
Рассольник «Ленинградский» с говядиной	20.250.10				40-65	
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 3 марта 2023 г.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	Цена
Винегрет овощной	60	0,90	1,92	8,93	52,80	8-86
Котлета школьная	80.5	10,90	7,60	4,72	152,60	47-05
Макароны отварные	150	4,50	3,00	36,70	191,70	9-38
Сок	200	3,38	2,91	28,48	147,92	15-41
Хлеб в/с	30	1,50	0,45	12,15	58,35	3-00
Мандарин	75	0,64	0,31	0,94	65,65	24-00
Итого:					669,02	107-70

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

Соц.педагог: _____

Мед.работник: _____