

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 12» НГО
 _____ О. В. Подкопаева

Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.



(Handwritten signature)

МЕНЮ
 для обучающихся 1-4 классов, членов семьи участника СВО
 по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 25 - 29 ноября 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
25 ноября					
Понедельник					
Суп из овощей со сметаной	200/10/5	1,82	3,5	9	73
Тефтели мясные	90	12,04	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	150	4,4	7,2	34	221
Капуста тушеная	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0	25,4	110
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
26 ноября					
Вторник					
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200/10/5	1,7	6,5	12,3	96
Котлеты рыбные «Любительские»	90	15,04	13,8	16,3	215,6
Картофель отварной с маслом	150/5	6,67	9,85	39,7	242,8
Овощи тушеные	60	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из св/мороженных ягод	180	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
27 ноября					
Среда					
Уха рыбацкая	200	1,44	8,6	10,9	110
Голубцы «Любительские»	120	14,6	11,2	12,8	206,3
Макаронные изд. отварные	150	4,8	9,8	38,5	225,8
Сок фруктовый (овощной)	180	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
28 ноября					
Четверг					
Щи с картофелем, св., капустой, сметаной	200/10/5	1,41	4,7	11,4	105
Жаркое по-домашнему	250	16,8	19,1	20,3	384
Свекла тушеная с сыром	60	2,25	3,7	29,5	59,4
Кисель из ягод б/з	180	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
29 ноября					
Пятница					
Борщ с картофелем, (свекольник), сметаной	200	1,1	6,75	11,02	91
Шницель мясной рубленый	90	11,8	10,5	17,4	201,3
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,7	10,5	52,2	254
Морковь тушеная	60	0,42	1,62	2,9	27,4
Компот из смеси сухофруктов, шиповника	180	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:

Директор МАОУ «СОШ № 12» НГО

О. В. Подкопаева

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для обучающихся 1-4 классов, членов семьи участника СВО
по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 25 - 29 ноября 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
25 ноября					
Понедельник					
Суп из овощей со сметаной	200	1,82	3,5	9	73
Котлеты мясные	90	13,06	13,87	13,87	232,72
Макаронные изд. отварные с маслом	150	4,8	9,8	38,5	225,8
Капуста тушеная	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из смеси сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
26 ноября					
Вторник					
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200	107	6,5	12,3	96
Голубцы «Любительские»	90	14,6	11,2	12,8	206,3
Рис припущенный	150	4,4	7,2	34	221
Овощи тушеные	60	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из ягод б/з	180	0,4	0	30,4	68
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
27 ноября					
Среда					
Уха рыбацкая	200	1,44	8,6	10,9	110
Жаркое по-домашнему	250	16,8	19,1	20,3	384
Морковь тушеная	60	0,42	1,62	2,9	27,4
Компот из изюма	180	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
28 ноября					
Четверг					
Щи с картофелем, св.. капустой, сметаной	200	1,41	4,7	11,4	105
Биточки мясные	90	13,06	13,87	13,87	232,72
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,7	10,5	52,2	254
Свекла тушеная с сыром	60	2,25	3,7	29,5	59,4
Кисель	180	0,5	0	23,8	76
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
29 ноября					
Пятница					
Борщ с картофелем, (свекольник), сметаной	200	1,1	6,75	11,02	91
Рыба тушеная с овощами	90	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое пюре	150	6,67	9,85	39,7	242,8
Огурец соленый	60	0	0	1,2	4,8
Напиток из смеси сухофруктов, шиповника	180	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				

Бухгалтер

Повар-бригадир