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
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 рубленный	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_



МЕНЮ

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

выход	Б	Ж	y	Ккал
			- 17	
ze monopu				
200	1.82	3.5	9	73
90				232,72
150				225,8
				50,5
775475				176,7
				299,5
	-,	-,.	.,,,,,	277,0
200	107	6,5	12.3	96
90				206,3
150			34	221
60				36,8
				68
				299,5
	-,	2,,	.,,,,,,	
27 nonopa				
200	1,44	8.6	10.9	110
				384
Section 1990				27,4
				106
				299,5
	-,	-,.		
20 110210				
200	1.41	4.7	11.4	105
				232,72
				254
			29,5	59,4
		0	23,8	76
		1,4	47,06	299,5
200	1,1	6,75	11,02	91
90	13,15	13,5	37,68	280
150	6,67	9,85	39,7	242,8
	0	0		4,8
		0.24		65,52
				299,5
	-,	-,	7.5	
,00			-	
	200 90 150 60 180 28/52 95,00 26 ноября 200 90 150 60 180 28/52 95,00 27 ноября 200 250 60 180 28/52 95,00 28 ноября 200 250 60 180 28/52 95,00 28 ноября	25 ноября 200 1,82 90 13,06 150 4,8 60 3,2 180 1,04 28/52 9,19 95,00 26 ноября 200 107 90 14,6 150 4,4 60 1,8 180 0,4 28/52 9,19 95,00 27 ноября 200 1,44 250 16,8 60 0,42 180 0,4 28/52 9,19 95,00 28 ноября 200 1,41 90 13,06 150 8,7 60 2,25 180 0,5 28/52 9,19 95,00 29 ноября 200 1,1 90 13,15 150 6,67 60 0 180 0,36 </td <td>25 ноября 200 1,82 3,5 90 13,06 13,87 150 4,8 9,8 60 3,2 4,6 180 1,04 0,27 28/52 9,19 1,4 95,00 26 ноября 200 107 6,5 90 14,6 11,2 150 4,4 7,2 60 1,8 1,28 180 0,4 0 28/52 9,19 1,4 95,00 27 ноября 200 1,44 8,6 250 16,8 19,1 60 0,42 1,62 180 0,4 0,05 28/52 9,19 1,4 95,00 28 ноября 200 1,41 4,7 90 13,06 13,87 150 8,7 10,5 60 2,25 3,7 180 0,5</td> <td>25 ноября 200 1,82 3,5 9 90 13,06 13,87 13,87 150 4,8 9,8 38,5 60 3,2 4,6 8,5 180 1,04 0,27 42,53 28/52 9,19 1,4 47,06 95,00 26 ноября 200 107 6,5 12,3 90 14,6 11,2 12,8 150 4,4 7,2 34 60 1,8 1,28 3,38 180 0,4 0 30,4 28/52 9,19 1,4 47,06 95,00 27 ноября 20 1,44 8,6 10,9 250 16,8 19,1 20,3 60 0,42 1,62 2,9 180 0,4 0,05 27,4 28/52 9,19 1,4 47,06 95,00 28 ноября 10,5 52,2 60 <t< td=""></t<></td>	25 ноября 200 1,82 3,5 90 13,06 13,87 150 4,8 9,8 60 3,2 4,6 180 1,04 0,27 28/52 9,19 1,4 95,00 26 ноября 200 107 6,5 90 14,6 11,2 150 4,4 7,2 60 1,8 1,28 180 0,4 0 28/52 9,19 1,4 95,00 27 ноября 200 1,44 8,6 250 16,8 19,1 60 0,42 1,62 180 0,4 0,05 28/52 9,19 1,4 95,00 28 ноября 200 1,41 4,7 90 13,06 13,87 150 8,7 10,5 60 2,25 3,7 180 0,5	25 ноября 200 1,82 3,5 9 90 13,06 13,87 13,87 150 4,8 9,8 38,5 60 3,2 4,6 8,5 180 1,04 0,27 42,53 28/52 9,19 1,4 47,06 95,00 26 ноября 200 107 6,5 12,3 90 14,6 11,2 12,8 150 4,4 7,2 34 60 1,8 1,28 3,38 180 0,4 0 30,4 28/52 9,19 1,4 47,06 95,00 27 ноября 20 1,44 8,6 10,9 250 16,8 19,1 20,3 60 0,42 1,62 2,9 180 0,4 0,05 27,4 28/52 9,19 1,4 47,06 95,00 28 ноября 10,5 52,2 60 <t< td=""></t<>

Бухгалтер

Повар-бригадир