

Согласовано:

Директор МАОУ «СОШ № 12» НГО

О. В. Подкопаева

Утверждаю:

ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) во 2-ю смену по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 14 - 18 апреля 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Макароны с сыром, маслом	451	160	12,75	14,6	10,59	236
Икра кабачковая		40	0,56	2,16	3,92	36,56
Чай с сахаром		200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Фрукт консервированный		100				
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Вторник						
Омлет натуральный с маслом	340	210	15,52	13,66	6,4	191,2
Зелёный горошек консервированный		40	3,65	6,44	34,46	140,62
Напиток из плодов шиповника	685	200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Среда						
Запеканка рис., с творогом, соус мол.	253	200/50	13	18	40	318
Кисель из концентрата	638	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Четверг						
Плов с мясом	253	200	13	18	40	318
Огурец консервированный		50	0,56	2,16	3,92	36,56
Чай с сахаром, лимоном	638	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Пятница						
Пельмени (п/ф) отварные	253	200	13	18	40	318
Икра из кабачков	638	50	0,4	0,05	27,4	106
Чай с сахаром		200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				

Бухгалтер

Повар-бригадир

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

Утверждаю:
ИИ Козырева Е.В.

МЕНЮ

по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) во 2-ю смену по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО
на 14 – 18 апреля 2025г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Котлеты мясные	451	90	12,75	14,6	10,59	236
Макароны отварные		150				
Икра кабачковая		30	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из смеси сухофруктов		200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Фрукт консервированный		100				
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Вторник						
Рыба тушёная с овощами	340	90	15,52	13,66	6,4	191,2
Рис отварной		150				
Огурец консервированный		20	3,65	6,44	34,46	140,62
Чай с сахаром, лимоном	685	200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Среда						
Суфле из печени	253	90	13	18	40	318
Макароны отварные		150				
Напиток из плодов шиповника	638	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Четверг						
Котлета рыбная	253	90	13	18	40	318
Гороховое пюре		150				
Огурец консервированный		20	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из ягод б/з	638	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Пятница						
Тефтели мясные в соусе	253	90	13	18	40	318
Каша гречневая рассыпчатая		150				
Овощи тушеные	638	30	0,4	0,05	27,4	106
Чай с сахаром		200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____