

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

Утверждаю
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для детей-членов семьи участника СВО обучающихся в 1-4 классах по столовой
 МАОУ «СОШ № 12» НГО на 12 – 16 мая 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Суп картофельный с рисом	138	200				
Котлеты мясные запеченные	451	90	12,8	13,12	10,59	208
Макарон. изд. отварные с маслом	332	150/5	4,1	7,5	36,5	202,8
Икра кабачковая		60	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из смеси сухофруктов	647	180	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:						
Вторник						
Борщ с картоф., св., капустой, сметаной	110	200				
Рыба, припущенная с овощами	374	90	10,6	10,5	5,6	112
Рис отварной	465	150	4,4	5,3	36,2	241
Огурец, консервированный		60	0	0	0,9	3,6
Сок фруктовый (овощной)	639	180	1,04	0,7	27,5	107
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:						
Среда						
Суп картофельный с горохом	139	200				
Котлета Домашняя	453	90	10,2	13,12	8,88	202
Картофельное пюре с маслом	520	150/5	3,7	6,3	18,4	148
Овощи тушёные		60				
Напиток из плодов шиповника	705	180	0,6	0,3	27	111
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:						
Четверг						
Борщ с картофелем (свекольник), сметана	82	200				
Плов с мясом	443	200	15,2	16,1	42,8	390,6
Зеленый горошек терм. обр.		60	1,8	0,28	4,38	34,8
Компот из св/мороженных ягод	647	200	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:						
Пятница						
Суп картофельный с макаронами	140	200				
Биточки рыбные	468	90	10,9	15,7	10,3	207,2
Гороховое пюре с маслом	108	150/5	8,67	7,98	34,46	140,62
Морковь тушёная	524	60	0,54	3,84	4,94	38
Кисель из ягод б/з	592	200	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный		28/52	6,77	1,01		
Стоимость рациона:						

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

для детей, членов семьи участника СВО обучающихся в 1-4 классах
по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 12 – 16 мая 2025г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Суп картофельный с рисом	138	200				
Тефтели рыбные в соусе	452	90	14,875	17,57	13,8	269,50
Капуста тушеная	534	150	6,9	9,0	34,2	169,2
Смесь Мексиканская б/з	ТТК	60				
Компот из ягод б/з	647	200	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:						
Вторник						
Борщ с картоф., св., капустой, сметаной	110	200				
Котлеты мясные	388	90	15,5	12,75	19,5	277,5
Картофель отварной с маслом	520	150	6,07	9,84	60,48	284,7
Овощи тушеные		60	0	0	1,2	3,6
Компот из сухофруктов	639	200	1,04	0,27	27,5	107
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:						
Среда						
Среда						
Суп картофельный с горохом	139	200				
Пельмени (п/ф) отварные	464	90	10,6	9,3	13,48	181,9
Морковь тушеная	524	60	3,0	6,08	5,57	88,08
Напиток из плодов шиповника		200				
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:						
Четверг						
Борщ с картоф., (свекольник), сметана	82	200				
Рыба, припущенная с овощами	371	90	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое пюре	108	150	8,67	7,98	34,46	140,62
Огурец консервированный		60	0	0	1,2	3,6
Компот из ягод б/з	647	200	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:						
Пятница						
Суп картофельный с макаронами	140	200				
Тефтели мясные в соусе	464	90	10,6	9,3	13,48	181,9
Каша гречневая рассыпчатая	297	150	10,44	9,36	51,12	334,8
Овощи тушеные	536	60	4,5	4,5	6,37	50,3
Кисель ягоды б/з	592	200	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:						

Бухгалтер

Повар-бригадир