

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

по столовой МАОУ «СОШ № 12» на 1-5 сентября 2025г

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Суп картофельный с рисом, гов. отв.	250	45,00	2,4	2,17	9,69	68,6
Котлеты мясные	100	90,00	11,9	14,06	11,04	215,6
Тефтели рыбные	100	90,00				
Макаронные изделия отварные с маслом	150	25,00	5,1	7,5	36,5	202,8
Мексиканская смесь б/з тушеная	100	70,00	2,03	5,5	6,75	59,11
Чай с сахаром	200	10,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Вторник						
Суп картофельный с горохом	200	55,00	2,44	8,6	10,9	110,0
Рыба припущенная	100	110,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Пельмени (п/ф) отварные с маслом	150	95	12,25	16,05	53,25	387,5
Картофельное пюре с маслом	150	50,00	5,06	8,2	50,4	237,25
Рис отварной с маслом	150	30,00	3,65	5,37	36,5	209,8
Огурец свежий в нарезку	50	25,00	0	0	1,8	7,2
Компот из св. фруктов	200	35,00	1,04	0,27	42,53	176,7
Сок фруктовый (овощной)	200	35,00	1,0	0,2	20,20	86,6
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Среда						
Щи с картофелем, капустой, сметаной	250	55,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Котлета Домашняя	100	90,00	9,2	13,1	8,88	208
Жаркое по-домашнему	250	125,00	19,2	16,1	55,8	402,6
Макаронные изделия отварные с маслом	150	25,00	5,1	7,5	36,5	202,8
Каша гречневая с маслом	150	30,00	8,7	7,8	42,6	279
Овощи тушёные (кабачки, перец)	100	65,00	1,76	1,67	5,16	34,3
Компот из ягод	200	35,00	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Четверг						
Борщ с карт. (свекольник) гов. отв., см	250	55,00	1,44	10,93	9,74	109,0
Рыба запечёная с овощами	100	110,00	10,52	10,8	30,15	224
Плов с мясом	250	115,00	10,6	9,3	13,48	181,9
Гороховое пюре	150	20,00	14,67	5,78	34,46	241,62
Помидор в нарезку	50	30,00	0	0	1,8	7,2
Компот из сухофруктов	200	25,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Пятница						
Суп карт. с макаронными изд., гов. отв.	250	45,00	2,15	2,7	14,96	94,6
Тефтели мясные в соусе	100	90,00	18,37	18,59	42,4	436,6
Биточки рыбные	100	90,00	10,9	15,7	10,3	207,2
Картофель запечённый	150	60,00	5,06	8,2	50,4	237,25
Каша гречневая	150	30,00	0,54	3,84	4,94	38
Чай с сахаром, лимоном	200	15,00	0	0	42,2	162
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____