



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 20-24 октября 2025г.

Вариант 1

Вариант 2

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал	Наименование блюд	Выход	Ккал
Понедельник					
Макаронные изделия запеч., с яйцом	200	341	Котлеты мясные	90	202
Икра из кабачков	60	81,72	Рис отварной	150	241
Чай с сахаром	200	35	Огурец в нарезку	60	4,8
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Компот из смеси сухофруктов	200	110
			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Вторник					
Котлеты рыбные «Любительская»	90	205,6	Тефтели мясные в соусе	90	208,6
Картофель отварной с маслом	150	201	Гороховое пюре	150	241,6
Овощи тушеные	60	34,8	Овощи тушёные	60	48,6
Компот из ягод	200	142	Компот из ягод	200	142
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Среда					
Запеканка рисовая с творог., соус мол.	180/50	288	Помидор свежий в нарезку	60	8,2
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Омлет натуральный с маслом	160	322,1
Кондитерское изделие	20	95,8	Чай с сахаром	200	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Кондитерское изделие	30	103
			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Четверг					
Жаркое по-домашнему	250	384	Биточки мясные	90	218
Помидор в нарезку	60	8,2	Каша гречневая рассыпчатая с масл.	150	240
Кисель из ягод	200	76	Свекла тушёная с сыром	60	46,4
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Напиток лимонный	180	93
			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Пятница					
Вареники (п/ф) отварные с маслом	220	318	Рыба тушёная с овощами	90	159
Огурец свежий в нарезку	60	4,8	Гороховое пюре	150	241,6
Чай с сахаром	200	35	Огурец в нарезку	60	4,8
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Компот из смеси сухоф. , шиповник	180	126
			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					

Бухгалтер

Повар-бригадир