

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



Утверждаю
ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ

Меню обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (СВО)
получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 5-7 ноября 2025г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Среда					Среда				
Обед:					Обед:				
Щи с картофелем, капустой, сметана	200	126,3	250	136,3	Щи с картофелем св., капустой, сметана	200	126,3	250	136,3
Котлета мясная «Домашняя»	90	202	100	208	Жаркое по-домашнему	250	322,5	280	361,2
Картофельное пюре с маслом	150	148	180	174,6	Помидор в нарезку	60	8,2	100	13,2
Овощи тушённые	60	48,6	100	80,3	Компот из ягод	180	142	200	142
Компот из ягод	200	142	200	142	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшенич.	28/52	211,8	40/70	299,5
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшенич.	28/52	211,8	40/70	299,5					
Стоимость рациона:105					Стоимость рациона:105				
Четверг					Четверг				
Обед:					Обед:				
Свекольник со сметаной	200	106,7	250	133,3	Свекольник со сметаной	200	106,7	250	133,3
Плов с мясом	250	405,6	280	415,6	Рыба, запечённая с овощами	90	112	100	134
Помидор свежий в нарезку	60	6,9	100	8,2	Гороховое пюре	150	241,6	180	242
Компот из св. фруктов	200	139,03	200	139,03	Огурец в нарезку	60	4,8	100	5,2
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшенич.	28/52	211,8	40/70	299,5	Компот из св. фруктов	200	139,03	200	139,03
					Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшенич.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона:105					Стоимость рациона:105				
Пятница					Пятница				
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с макарон. изд.	200	136,4	250	156,6	Суп картофельный с макаронными изд.	200	136,4	250	156,6
Биточки рыбные	90	202	120	239,3	Тефтели мясные в соусе	90	208,6	100	221
Картофель отварной с маслом	150	201	180	231	Каша гречневая с маслом	150	240	180	262
Огурец в нарезку	60	4,8	100	52	Овощи тушёные	60	48,6	100	80,3
Компот из ягод	200	142	200	142	Компот из ягод	200	142	200	142
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшенич.	28/52	211,8	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшенич.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона:105					Стоимость рациона:105				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____