

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) по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 17-21 ноября 2025г.  
Вариант 1

| Питание по типу Завтрака                |        |       | Питание по типу Завтрака           |        |       |
|-----------------------------------------|--------|-------|------------------------------------|--------|-------|
| Наименование блюд                       | Выход  | Ккал  | Наименование блюд                  | Выход  | Ккал  |
| Понедельник                             |        |       |                                    |        |       |
| Сыр, масло сливочное (порционно)        | 10/8   | 117   | Сыр, масло сливочное (порционно)   | 10/8   | 117   |
| Каша молочная гречневая с маслом        | 160    | 240   | Макароны отв. с овощами            | 160    | 267   |
| Чай с сахаром                           | 200    | 35    | Чай с сахаром                      | 200    | 35    |
| Хлеб пшен.-ржаной/Батон                 | 20/30  | 115,7 | Хлеб пшен.-ржаной/Батон            | 20/30  | 115,7 |
| Фрукт                                   | 100    | 95    | Фрукт                              | 100    | 95    |
|                                         |        |       |                                    |        |       |
| Молоко                                  | 200    | 112   | Молоко                             | 200    | 112   |
| Итого:                                  |        |       | Итого:                             |        |       |
| Стоимость рациона: 105,00               |        |       |                                    |        |       |
| Вторник                                 |        |       |                                    |        |       |
| Масло сливочное (порционно)             | 10     | 77    | Масло сливочное (порционно)        | 10     | 77    |
| Омлет натуральный                       | 200    | 302,1 | Плов с мясом                       | 200    | 405,6 |
| Помидор в нарезку                       | 40     | 3,8   | Помидор свежий в нарезку           | 50     | 6,9   |
| Кофейный напиток                        | 200    | 119   | Чай с лимоном, сахаром или мёдом   | 200    | 53    |
| Хлеб пшен.-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                                   |        |       |                                    |        |       |
| Сыр, масло сливочное (порционно)        | 10/8   | 117   | Сыр, масло сливочное (порционно)   | 10/8   | 117   |
| Запеканка с твор., соус. мол. или мёдом | 180/50 | 360   | Каша манная молочная               | 220/10 | 271,8 |
| Чай с сахаром                           | 200    | 35    | Какао на молоке                    | 200    | 95    |
| Хлеб пшен.-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               |        |       |                                    |        |       |
| Четверг                                 |        |       |                                    |        |       |
| Тефтели мясные в соусе                  | 90     | 208,6 | Пельмени (п/ф) отварные            | 200    | 360,7 |
| Макарон изд. отварные                   | 150    | 202,8 | Икра из кабачков                   | 50     | 81,72 |
| Огурец свежий в нарезку                 | 20     | 3,8   | Напиток из плодов шиповника        | 200    | 41    |
| Чай с сахаром, лимоном                  | 200    | 53    | Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.    | 20/35  | 122   |
| Хлеб пшен.-ржаной/Хлеб пшен.            | 20/35  | 122   |                                    |        |       |
|                                         |        |       |                                    |        |       |
| Молоко                                  | 200    | 112   | Молоко                             | 200    | 112   |
| Итого:                                  |        |       | Итого:                             |        |       |
| Стоимость рациона: 105,00               |        |       |                                    |        |       |
| Пятница                                 |        |       |                                    |        |       |
| Сыр, масло сливочное (порционно)        | 10/8   | 117   | Сыр, масло сливочное (порционно)   | 10/8   | 117   |
| Каша пшеничная молочная                 | 160    | 228,6 | Запеканка рисовая с творогом, соус | 150/30 | 262,4 |
| Чай с сахаром                           | 200    | 35    | Кисель из концентрата              | 200    | 76    |
| Хлеб пшен.-ржаной/Хлеб пшен.            | 20/35  | 122   | Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.    | 20/35  | 122   |
| Фрукт                                   | 100    | 95    | Фрукт                              | 100    | 95    |
|                                         |        |       |                                    |        |       |
| Молоко                                  | 200    | 112   | Молоко                             | 200    | 112   |
| Итого:                                  |        |       | Итого:                             |        |       |
| Стоимость рациона: 105,00               |        |       |                                    |        |       |

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_