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

Утверждаю
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

Меню по типу завтраков для учащихся льготных категорий 5-11 классы получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 5-6 ноября 2026г.

Вариант 1			*Вариант 2*		
Наименование блюд и изделий	**Выход**	**ккал**	**Наименование блюд и изделий**	**Выход**	**ккал**
5 ноября	**5-11кл.**			**5-11кл.**	
Четверг *22 октября*			**Четверг**		
Обед:			**Обед:**		
Рыба тушёная с овощами	100	167,8	Котлета мясная домашняя	100	221,4
Картофельное пюре	150	189,6	Макаронные изделия с маслом	150	202,8
Огурец в нарезку	50	7,6	Огурец в нарезку	50	7,6
Компот из ягод	200	138	Компот из ягод	200	138
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Стоимость рациона:**126,00**			Стоимость рациона:**126,00**		
Пятница *6 ноября*			**Пятница**		
Обед:			**Обед:**		
Плов с мясом	250	441,3	Тефтели рыбные с соусом	100/20	179,5
Овощи тушёные	60	58,6	Гороховое пюре	150	241,6
Компот из сухофруктов	200	110	Овощи тушёные	60	58,6
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1	Компот из сухофруктов	200	110
Фрукт	100	95	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
			Фрукт	100	95
Стоимость рациона:**126,00**			Стоимость рациона:**126,00**		

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ свободной раздачи
завтраков по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 5-6 ноября 2026г.

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
5 ноября							
Четверг							
Рыба тушёная с овощами		90	120,00	12,7	10,5	11,2	167,8
Плов с мясом		250	160,00	15,75	17,5	50,2	441,3
Картофельное пюре с маслом		150	55,00	14,2	18,8	38,9	344,5
Чай с шиповником сахаром или мёдом		200	15,00	0,3	0,2	24,1	95
Хлеб		1 кус.	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
6 ноября							
Пятница							
Тефтели мясные		90	90,00	11,8	14,6	11,8	208,6
Вареники с картофелем		200	100,00	14,2	18,8	38,9	259
Капуста тушёная		150	60,00	3,25	4,9	14,1	113,3
Компот из с/фр. в горячем виде		200	25,00	1,04	0,27	27,5	110
Чай с сахаром, лимоном		200	15,00	0,2	0,04	10,2	53
Хлеб		1 кус.	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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

И.о директора А. Н. Нерсесян

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 5-6 ноября 2026г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Четверг ***5 ноября***				
Обед:				
Борщ с картофелем (свекольник), смет.	200	91	250	113
Рыба тушёная с овощами	120	167,8	120	167,8
Картофельное пюре	150	189,6	180	227,5
Огурец в нарезку	30	3,8	60	7,6
Сок фруктовый	200	100	200	100
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона:**126,00**				
Пятница ***6 ноября***				
Обед:				
Суп картофельный с лапшой	200	109	250	136
Тефтели мясные с соусом	90/30	208,6	100/30	225,9
Капуста тушёная	150	113,3	180	135
Компот из сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Фрукт	100	95	100	95
Стоимость рациона:**126,00**				

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Четверг				
Обед:				
Борщ с картофелем (свекольник), смет.	200	91	250	113
Котлета мясная домашняя	90	199	100	221,4
Макаронные изделия отварные	150	202,8	180	243,3
Огурец в нарезку	30	3,8	50	7,6
Компот из ягод	200	138	200	138
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона:**126,00**				
Пятница				
Обед:				
Суп картофельный с лапшой	200	109	250	136
Тефтели рыбные	90	208,5	100	231,7
Гороховое пюре	150	241,6	180	261,6
Овощи тушёные	30	29,3	60	58,6
Компот из сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Фрукт	100	95	100	95
Стоимость рациона:**126,00**				

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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

И.о директора А. Н. Дорошко

Утверждаю:
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ свободной раздачи
обедов по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 5-6 ноября 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
5 ноября Четверг						
Борщ с картофелем (свекольник)	250	60,00	1,6	4,5	11,87	91
Рыба тушёная с овощами	100	120,00	10,6	10,5	5,6	112
Печень по-строгановски	100	110,00	16,8	15,3	9,6	233
Котлета мясная домашняя	100	100,00	12,8	13,12	10,59	221,4
Картофельное пюре	150	55,00	3,7	6,3	18,4	148
Компот из ягод	200	40,00	1,04	0,27	27,5	110
Сок	200	50,00	0,6	0,4	25,12	100
Хлеб пшеничный	1 кус.	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
6 ноября Пятница						
Суп с макаронными изделиями	250	60,00	2,16	2,08	15	109
Тефтели мясные с соусом	100/20	100,00	11,8	11,6	12,48	208,6
Вареники отварные	200	100,00	11,2	15,03	50,28	259
Тефтели рыбные	100/20	100,00	10,52	10,8	30,15	208,5
Капуста тушёная	150	60,00	3,25	4,9	14,1	113,3
Гороховое пюре	150	40,00	5,6	4,1	11,1	241,6
Компот из сухофруктов	200	25,00	1,04	0,27	27,5	110
Хлеб пшеничный	1 кус.	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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 5-6 ноября 2026г.

Вариант 1					*Вариант 2*				
Наименование блюд и изделий	**Выход**	**ккал**	**Выход**	**ккал**	**Наименование блюд и изделий**	**Выход**	**ккал**	**Выход**	**ккал**
Четверг ***5 ноября***					**Четверг**				
Обед:					**Обед:**				
Борщ с картофелем (свекольник), смет.	200	91	250	113	Борщ с картофелем (свекольник), смет.	200	91	250	113
Рыба тушёная с овощами	120	167,8	120	167,8	Котлета мясная домашняя	90	199	100	221,4
Картофельное пюре	150	189,6	180	227,5	Макаронные изделия отварные	150	202,8	180	243,3
Огурец в нарезку	30	3,8	60	7,6	Огурец в нарезку	30	3,8	50	7,6
Сок фруктовый	200	100	200	100	Компот из ягод	200	138	200	138
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279	Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона:**126,00**					Стоимость рациона:**126,00**				
Пятница ***6 ноября***					**Пятница**				
Обед:					**Обед:**				
Суп картофельный с лапшой	200	109	250	136	Суп картофельный с лапшой	200	109	250	136
Тефтели мясные с соусом	90/30	208,6	100/30	225,9	Тефтели рыбные	90	208,5	100	231,7
Капуста тушёная	150	113,3	180	135	Гороховое пюре	150	241,6	180	261,6
Компот из сухофруктов	200	110	200	110	Овощи тушёные	30	29,3	60	58,6
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279	Компот из сухофруктов	200	110	200	110
Фрукт	100	95	100	95	Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
					Фрукт	100	95	100	95
Стоимость рациона:**126,00**					Стоимость рациона:**126,00**				

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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

Утверждаю
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

Меню по типу завтраков для учащихся льготных категорий 5-11 классы получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 12» НГО на 5-6 ноября 2026г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал
5 ноября	**5-11кл.**	
Четверг ***22 октября***		
Обед:		
Рыба тушёная с овощами	100	167,8
Картофельное пюре	150	189,6
Огурец в нарезку	50	7,6
Компот из ягод	200	138
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Стоимость рациона:**126,00**		
Пятница ***6 ноября***		
Обед:		
Плов с мясом	250	441,3
Овощи тушёные	60	58,6
Компот из сухофруктов	200	110
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Фрукт	100	95
Стоимость рациона:**126,00**		

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал
	5-11кл.	
Четверг		
Обед:		
Котлета мясная домашняя	100	221,4
Макаронные изделия с маслом	150	202,8
Огурец в нарезку	50	7,6
Компот из ягод	200	138
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Стоимость рациона:**126,00**		
Пятница		
Обед:		
Тефтели рыбные с соусом	100/20	179,5
Гороховое пюре	150	241,6
Овощи тушёные	60	58,6
Компот из сухофруктов	200	110
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Фрукт	100	95
Стоимость рациона:**126,00**		

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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 5-6 ноября 2026г.

Вариант 1 *Вариант 2*

Питание по типу Завтрака				Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал		**Наименование блюд**	Выход	Ккал
5 ноября Четверг						
Рыба тушёная с овощами	100	167,8		Котлета мясная домашняя	100	221,4
Картофельное пюре	150	189,6		Макаронные изделия с маслом	150	202,8
Огурец в нарезку	50	7,6		Огурец в нарезку	50	7,6
Компот из ягод	200	138		Компот из ягод	200	138
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	24/45	198,1		Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	24/45	198,1
Молоко	200	112		Молоко	200	112
Итого:				**Итого:**		
Стоимость рациона: **126,00**						
6 ноября Пятница						
Тефтели мясные с соусом	100/30	225,9		Вареники отварные	150	259
Капуста тушёная	150	113,3		Икра из кабачков (термообработка)	30	49
Компот из сухофруктов	200	110		Чай с сахаром, лимоном	200	53
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	24/45	198,1		Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	24/45	198,1
Фрукт	100	95		Фрукт	100	95
Молоко	200	112		Молоко	200	112
Итого:				**Итого:**		
Стоимость рациона: **126,00**						

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____