



«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ №12

А.В.Кондрахин

МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся 1 – 4 классов

МАОУ СОШ №12

завтрак

23. 09.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
1.	Гуляш из филе курицы	85,3	90 г	38,77	13.8	14.9	3.47
2.	Каша гречневая	219,5	150 г	12,30	8.4	6.56	38.33
3.	Салат из капусты	54,2	33 г	7,85	1.52	38.3	8.75
4.	Хлеб йодированный	104,4	40 г	2,74	3.16	0.4	19.3
5.	Чай с лимоном	37,96	187 г	3,88	0.054	0.006	9.16
				65,54			

Индивидуальный предприниматель



Е.В. Ильенко



Согласовано»

Директор MAOU COШ №12

А.В.Кондрахин

МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся с ОВЗ и

детей-инвалидов 1-4 классов MAOU COШ №12

23. 09.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
1.	Оладьи со сгущенным молоком	105,5	100г	11,63	3.35	2.53	21.81
2.	Чай с сахаром	37,7	120 г	0,91	-	-	10.98
Обед							
1.	Суп картофельный с рисом	112,4	200 г	12,87	2	2.4	14.6
2.	Гуляш из филе курицы	173,4	50 г	25,84	9.2	9.93	2.3
3.	Макароньы отварные	210,5	150 г	12,30	5.25	6.15	35.25
4.	Хлеб йодированный	104,4	40 г	2,74	3.16	0.4	19.3
5.	Компот из сухофруктов	84,6	180г	8,45	0.15	-	11.25
6.	Салат из капусты	21,6	30 г	3,34	0.45	1.55	3.2
				78,08			

Индивидуальный предприниматель



Е.В. Ильенко



«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ №12

А.В.Кондрахин

МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся льготных категорий

5-11 классов МАОУ СОШ №12

обед

23. 09.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
1.	Гуляш из филе курицы	186,3	70 г	29,51	9.9	10.03	2.9
2.	Макароны отварные	210,30	150 г	12,30	5.25	6.15	35.25
3.	Компот из сухофруктов	84,6	180 г	8,45	0.15	-	11.25
4.	Хлеб йодированный	104,7	40 г	2,74	3.16	4.4	19.3
				53,00			

Индивидуальный предприниматель



Е.В. Ильенко

Согласовано»

Директор МАОУ СОШ №12

А.В.Кондрахин



МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся с ОВЗ и

детей-инвалидов 5 – 11 классов МАОУ СОШ №12

23. 09.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
	Завтрак						
1.	Оладьи со сгущенным молоком	105,5	100г	11,63	3.35	2.53	21.81
2.	Чай с сахаром	37,7	120 г	0,91	-	-	10.98
	Обед						
1.	Гуляш из филе курицы	186,3	70 г	29,51	9.9	10.03	2.9
2.	Макаронны отварные	210,30	150 г	12,30	5.25	6.15	35.25
3.	Компот из сухофруктов	84,6	180 г	8,45	0.15	-	11.25
4.	Хлеб йодированный	104,7	40 г	2,74	3.16	4.4	19.3
				65,54			

Индивидуальный предприниматель

Е.В. Ильенко









