



«Согласовано»

Директор MAOU СОШ №12

А.В.Кондрахин

МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся 1 – 4 классов

MAOU СОШ №12

завтрак

10.10.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
1.	Котлета рыбная	239,32	70 г	31,15	10.62	10.41	11.81
2.	Рис отварной	68,80	150 г	12,75	4.61	6.45	48.20
3.	Хлеб йодированный	104,3	40 г	2,74	0.7	0.14	14.14
4.	Какао с молоком	101,58	180 г	12,30	2.28	0.84	15.42
5.	Салат из свеклы,зелень	59,9	60 г	6,60	0.8	3.25	4.2
				65,54			

Индивидуальный предприниматель



Е.В. Ильенко

«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ №12

А.В.Кондрахин



МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся с ОВЗ и

детей-инвалидов 1-4 классов МАОУ СОШ №12

10. 10.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
	Завтрак						
1.	Пирожок с повидлом	268,5	75 г	8,66	3.59	2.53	21.84
2.	Чай с сахаром и лимоном	37,9	187 г	3,88	0.054	0.006	9.16
	Обед						
1.	Суп картофельный	133,0	200 г	10,50	10.62	10.41	11.81
2.	Рис отварной	215,3	120г	10,50	4.61	6.45	48.20
3.	Котлета рыбная	183,45	70 г	31,15	10.62	10.41	11.81
4.	Хлеб йодированный	104,4	40 г	2,74	3.04	1.12	20.56
5.	Сок фруктовый	57.96	150 г	7,54	0.75	0.15	15.15
6.	Салат из свеклы, зелень	5,5	30 г	3,30	0.4	1.62	2.1
				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

10.10.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
1.	Котлета рыбная	183,8	70 г	31,15	10.62	10.41	11.81
2.	Рис отварной	269,7	150г	12,75	4.61	6.45	48.20
3.	Сок фруктовый	52,3	140 г	7,04	0.7	0.14	14.14
4.	Хлеб йодированный	78,3	30 г	2,06	2.28	0.84	15.42
				53,00			

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Ильченко



«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ №12

А.В.Кондрахин

МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся с ОВЗ и

детей-инвалидов 5 – 11 классов МАОУ СОШ №12

10. 10.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
	Завтрак						
1.	Пирожок с повидлом	268,5	75 г	8,66	3.59	2.53	21.84
2.	Чай с сахаром и лимоном	37,9	187 г	3,88	0.054	0.006	9.16
	Обед						
1.	Котлета рыбная	183,8	70 г	31,15	10.62	10.41	11.81
2.	Рис отварной	269,7	150г	12,75	4.61	6.45	48.20
3.	Сок фруктовый	52,3	140 г	7,04	0.7	0.14	14.14
4.	Хлеб йодированный	78,3	30 г	2,06	2.28	0.84	15.42
				65,54			

Индивидуальный предприниматель



Е.В. Ильенко







