

«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ №12

А.В. Кондрахин



МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся 1 – 4 классов

МАОУ СОШ №12

завтрак

28.11.2022г.

| № п/п | Наименование блюда | Калорийность(ккал.) | Выход (грамм) | Цена | белки | жиры | углеводы |
|-------|------------------------|---------------------|---------------|-------|-------|-------|----------|
| 1. | Котлета рыбная | 239,32 | 90 г | 36,82 | 13.65 | 13.38 | 15.18 |
| 2. | Рис отварной | 68,80 | 150 г | 12,75 | 4.61 | 6.45 | 48.20 |
| 3. | Хлеб йодированный | 104,3 | 40 г | 3,53 | 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 |
| | | | | 72,00 | | | |

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

28. 11.2022г.

| № 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 MAOU COШ №12

А.В.Кондрахин

МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся льготных категорий

5-11 классов MAOU COШ №12

обед

28. 11.2022г.

| № 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. Ильенко



«Согласовано»

Директор MAOU COШ №12

А.В.Кондрахин

МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся с ОВЗ и

детей-инвалидов 5 – 11 классов MAOU COШ №12

28. 11.2022г.

| № 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







