



МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся 1 – 4 классов

МАОУ СОШ №12

завтрак

21. 12.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
1.	Котлета со сметано-соусом	179,52	90 г	41,64	9.79	10.85	18.94
2.	Картофель отварной	140,37	150г	12,75	3.16	4.38	16.88
3.	Хлеб йодированный	130,6	40 г	3,53	3.8	1.4	25.7
4.	Чай с лимоном	37,96	187 г	4,61	0.054	0.006	9.16
5.	Икра свекольная	12,7	33 г	9,92	0.9	4.07	5.1
				72,00			

Индивидуальный предприниматель



Е.В. Ильенко



«Согласовано»

Директор MAOU СОШ №12

А.В.Кондрахин

МЕНЮ

бесплатного горячего питания обучающихся с ОВЗ и

детей-инвалидов 1-4 классов MAOU СОШ №12

21. 12.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
	Завтрак						
1.	Булочка школьная	309,5	100г	10,91	3.59	2.53	21.81
2.	Чай с сахаром	47,83	200 г	1,63			10.98
	Обед						
1.	Борщ из свежей капусты с картофелем	137,28	180 г	11,18	1.6	4.2	10.6
2.	Каша гречневая	150,4	125 г	10,20	2.88	7.5	27.9
3.	Котлета мясная	173,05	50 г	28,07	5.73	6.45	6.13
4.	Сок фруктовый	57,96	150 г	7,54	0.75	0.15	15.15
5.	Хлеб йодированный	104,48	40 г	2,74	3.04	1.12	20.56
6.	Икра свекольная	8,6	40 г	5,80	0.55	2.5	3.13
				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

21. 12.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
1.	Котлета мясная	164,3	60 г	33,20	6.87	7.74	7.35
2.	Каша гречневая	150,4	120 г	10,20	2.88	7.2	26.7
3.	Сок фруктовый	57,6	150 г	7,54	0.75	0.15	15.15
4.	Хлеб йодированный	78,3	30 г	2,06	2.28	0.84	15.42
				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

21. 12.2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Калорийность(ккал.)	Выход (грамм)	Цена	белки	жиры	углеводы
	Завтрак						
1.	Булочка школьная	309,5	100г	10,91	3.59	2.53	21.81
2.	Чай с сахаром	47,83	200 г	1,63			10.98
	Обед						
1.	Котлета мясная	164,3	60 г	33,20	6.87	7.74	7.35
2.	Каша гречневая	150,4	120 г	10,20	2.88	7.2	26.7
3.	Сок фруктовый	57,6	150 г	7,54	0.75	0.15	15.15
4.	Хлеб йодированный	78,3	30 г	2,06	2.28	0.84	15.42
				65,54			

Индивидуальный предприниматель



Е.В. Ильенко







