

«Согласовано»

Директор СОШ № 12Подпись ДиректорМеню на « » 2023гВозрастная категория с 12 лет и старше 2024г**Завтрак**здесь

	Наименование блюда	Вес блюда, гр	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецепт уры	
	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	260	10,29	14,18	27,39	271,49	173	
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15	
	Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к	
	Печенье затяжное	20	0,38	1,08	6,41	35,27	к/к	
	Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,20	155,20	379	
	Итого за завтрак	555,00	22,49	22,96	91,98	656,84		

Обед

	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецепт уры	
	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	260	1,64	4,92	6,27	81,50	92	
	Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288	
	Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	100	13,58	10,58	12,96	198,12	268/332	
	Капуста тушеная	200	3,71	8,64	46,03	265,20	321	
	Томаты свежие порционно	60	2,16	4,04	1,01	48,79	71	
	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	342	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к	
	Итого за обед	890	27,22	30,38	117,98	863		

Зав. производством
Варварова
Отв. за меню

**ИП Ашихмин
Сергей Николаевич**

Директор СОШ №12Подпись АшихминМеню на « 15 » декабря2023г

Возрастная категория 7-11 лет

2023г9 декабря**Завтрак**

Наименование блюда	Вес блюда, г р	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	210	7,04	10,42	19,12	193,64	173
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
Печенье затяжное	20	0,38	1,08	6,41	35,27	к/к
Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,20	155,20	379
Итого за завтрак	505	19,24	19,20	83,71	578,99	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	210	1,31	2,22	5,02	65,20	92
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	90	12,00	10,64	11,66	172,12	268/332
Капуста тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	321
Томаты свежие порционно	60	2,16	4,04	1,01	48,79	71
Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	342
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к
Итого за обед	780	24,38	25,58	103,93	769,03	

Зав. производством СердюковОтв. за питаниеАшихмин