



«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 12

Подпись *Ильина СВ*

Меню на « 21 » *ноябрь* 2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

Итого

Наименование блюда	Вес блюда, гр	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры	
Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом	260	12,17	6,71	44,88	286,70	181	
Бутерброд с сыром	40	4,9	11,55	17,10	193	2017	
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377	
Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	37,80	338	
Итого за завтрак	600	18,10	18,48	80,33	559,18		

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры	
Суп из овощей	250	2,10	7,48	11,69	122,96	99	
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288	
Суп картофельный с крупой	260	1,60	2,17	9,69	90,30	101	
Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	100	13,58	10,58	12,96	198,12	268/332	
Картофель отварной с маслом растительным	200	3,81	5,76	30,68	189,80	125	
Салат из отварной свеклы	100	1,43	6,08	8,37	93,90	52	
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	920	27,06	32,10	115,41	874,17		

Итого - Биточки

СВ. за питание

Директор МБОУ СОШ № 12Подпись Шокина СВМеню на « 21 » ноября 2024г

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

цдсс

Наименование блюда	Вес блюда, г	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом	210	9,52	4,17	35,46	201,70	181
Бутерброд с сыром	40	4,9	11,55	17,10	193	2017
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377
Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	37,80	338
Итого за завтрак	550	15,45	15,94	70,91	474,18	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Суп из овощей	200	1,68	5,98	9,35	98,37	99
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Суп картофельный с крупой	210	1,60	2,17	9,69	90,30	101
Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	90	12,00	10,64	11,66	172,12	268/332
Картофель отварной с маслом растительным	150	2,86	4,32	23,01	142,35	125
Салат из отварной свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	52
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	1320	38,98	42,73	171,67	1212,75	

Повар-бригадир:

гнотв. за питание Шокина СВ