

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 12

Подпись Шоашев СВ

ООО «Комбинат  
социального питания»

Меню на « 12 » февраля

2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

**Завтрак**

*8 день*

	Наименование блюда	Вес блюда, гр	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры	
	Каша вязкая молочная рисовая с маслом	210	10,46	15,30	23,02	265,87	174	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377	
	Джем/Повидло	30	0,15	0	21,48	86,52	к/к	
	Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>15,48</b>	<b>15,92</b>	<b>83,73</b>	<b>534,35</b>		

**Обед**

	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры	
	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,31	81	97	
	Рыба отварная	20	3,51	0,48	0,06	18,50	226	
	Суп картоф. с рыбными фрикадельками	270	1,50	2,20	13,60	84,80	106	
	Бефстроганов из курицы	90	10,35	12,12	5,36	170,58	290	
	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25	312	
	Салат из отварной свеклы	60	0,86	3,65	8,08	66,37	52	
	Напиток цитрусовый	200	0,18	0,02	27,46	94,58	436	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к	
	<b>Итого за обед</b>	<b>780</b>	<b>23,65</b>	<b>23,97</b>	<b>104,14</b>	<b>707,00</b>		

*Итого за обед 780*

*Шоашев СВ*

Директор МБОУ СОШ № 12Подпись Шошова СВМеню на « 12 » Февреля 2024гВозрастная категория 7-11 лет 2025

## Завтрак

8 день

Наименование блюда	Вес блюда, г	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Каша вязкая молочная рисовая с маслом	260	13,08	19,13	28,78	332,30	174
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377
Джем/Повидло	30	0,15	0	21,48	86,52	к/к
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>18,10</b>	<b>19,75</b>	<b>89,49</b>	<b>600,78</b>	

## Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,64	101,25	97
Рыба отварная	20	3,51	0,48	0,06	18,50	226
Суп картоф.с рыбными фрикадельками	220	1,50	2,20	13,60	84,80	106
Бефстроганов из кури	100	11,84	13,47	5,97	189,50	290
Пюре картофельное	200	4,08	6,40	27,27	183,00	312
Салат из отварной свеклы	100	1,43	6,08	8,37	93,90	52
Напиток цитрусовый	200	0,18	0,02	27,46	94,58	436
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
<b>Итого за обед</b>	<b>780</b>	<b>23,65</b>	<b>23,97</b>	<b>104,14</b>	<b>707,00</b>	

Повар-бригадир: