

Пн2



«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ №

12.

Подпись

Шокин СВ

Меню на « 08 » *сентября* 2025г

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Вес блюда, г р	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	210	5,63	8,8	24,90	195,20	173
Напиток кофейный на молоке	200	3,60	2,67	29,20	155,20	379
Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63	209
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
Итого за завтрак	510	19,07	16,67	83,38	553,68	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Суп картофельный с бобовыми	200	2,12	4,22	13,06	107,80	102
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Рассольник домашний	210	4,20	4,07	10,20	95,60	95
Плов из птицы	200	18,12	17,73	42,00	411,55	291
Салат из соленых огурцов	60	0,52	3,07	1,57	35,88	17
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	349
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	730	26,73	27,02	110,81	808,82	

Повар-бригадир:

СВ. 58 пиюнис *Шокин СВ*



«Согласовано»

Директор СОШ

12

Подпись

Иванов СВ

сб 1

Меню на « 08 » сентября 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Вес блюда, г	белки	жиры	углеводы	Энерг. Ценн.	№ рецептуры
Запеканка творожная с соусом молочным сладким № 327	230	14,32	10,97	36,67	293,50	223/327
Напиток кофейный на молоке	200	3,60	2,67	29,20	155,20	379
Бутерброд с джемом	50	2,23	3,53	24,80	140,40	2
Яблоко	100	0,80	5,50	4,30	67,10	338
Итого за завтрак	580	20,95	22,67	94,97	656,20	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. Ценн.	№ рецептуры
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,66	4,59	17,14	116,23	112
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Печень по-строгановски	100	10,13	11,23	3,90	163,42	38,24
Греча отварная рассыпчатая	200	5,10	6,89	47,76	261,54	302
Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60	10
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
Итого за обед	920	26,98	29,92	131,93	878,76	

получено /
ав. за питание Иванова