



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 01 апреля 2024г г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

01.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 166 руб.	Холодн.закус	5а/22-04	Салат из св.помид.с перцем*	60	33,08	64,4	0,48	5,99	2,2
	Первое бл	3/128-96	Рассольник Домашний	250	16,31	116,06	2,54	4,28	16,79
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	50	91,84	133,76	10,49	9,11	0,73
	2 блюдо	0051/6/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	6,59	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,39	244,82	6,44	5,1	46,08
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	14	1,14	32,62	1,064	0,084	7,322
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	698,69	22,284	26,684	94,42
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	14/643 Нац.	Эчпочмак	100	50,36	251,91	9,12	10,76	31,74
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	35,16	119,2	5,46	6,17	10,8
			Йогурт молочный	125	42	78	2,8	2,5	11
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко Бребери	175	38,48	80,5	0,7	0	19,8
				Итого		166	529,61	18,08	19,43
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ № 12
 Е.А.Блохина

Меню на 02 апреля 2024 г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	30	14,69	4,2	0,18	0	0,87
	2 блюдо	ТТК №113	Биточки "Фрегат" (горбуша)	75	79,43	246	17,25	18,6	2,36
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	3	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	210	42,13	79,8	1,89	0	17,64
			Итого		166	627,68	25,23	24,53	78,91
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	10	11,89	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №74	Биф рубленый	80	102,67	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	25,09	137,54	2,8	6,4	16,78
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	18	1,4	41,94	1,368	0,108	9,414
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	105	20,9	39,9	0,95	0	8,82
			Итого		166	569,27	25,598	26,993	56,524
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №96	Салат Пекинский со св. овощами	100	53,43	62,13	1,02	5,16	2,6
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский	25/250	69,55	157,18	9,52	5,6	16,94
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	ТТК № 56а	Филе индейки тушеное в соусе(томатном)	50/50	84,34	187,9	15,49	12,5	3,6
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	11,54	265,5	8,8	6,14	47,24
	Сладкое бл	2/636-04	Компот из мандаринов	200	21,63	131,2	0,45	0	34,14
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	892,51	37,76	31,64	119,98

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 12
Е.А.Блохина

Меню на 02 апреля 2024г.(возрастная категория 12-18 лет,2 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

02.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	ТТК №81а	Салат из кукурузы с яйцом (конс)	60	26,1	60,6	2,43	4,4	3,45
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский без фрикадел.	250	18,57	100,75	3,8	1,84	16,93
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК№74	Биф рубленный	80	102,67	216,24	15,58	16,27	1,9
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,15	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,22	34,95	1,14	0,09	7,845
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	724,11	31,23	29,12	89,303
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	701-96	Котлета запеченная в тесте	100	74,08	360	10,56	17,06	43,6
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/м24-96	Груша	170	46,57	71,4	0,68	0	18,2
			Итого		166	568,9	12,94	18,56	91,77
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12

Е.А.Блохина

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

Меню на 03 апреля 2024г.(возрастная группа 12-18 лет,1 смена)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

День 03.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	2 блюдо	0047/460-1996	Котлета рубл. из филе кур	75	59,53	217,09	12,54	12,02	15,49
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	3	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,66	204,02	5,37	4,27	38,4
	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	40	13,06	4	0,28	0	0,72
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный (горячий)	200	12,97	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	27	2,18	62,91	2,052	0,162	14,121
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.Бреберн	178	39,16	82,8	0,72	0	20,34
		Итого		166	780,46	23,022	17,572	139,011	
Завтрак	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	20	9,79	2,8	0,12	0	0,58
Завтрак комплекс №2 166 руб.	2 блюдо	007/411-96	Биштекс н/р	53	112,32	177,2	12,72	14,04	0,045
	Гарнир	9/482-96	Капуста тушеная	150	25,15	111,42	3,59	3,83	15,84
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	60	13,08	27,6	0,24	0	6,78
		Итого		166	445,12	19,07	18,11	53,315	
Обед 248 руб.	Холодн.закус	19/50-04	Салат из свеклы с сыром	100	27,99	112	5,73	5,9	9,2
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	26,2	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №84	Картофельная запеканка с мясом	200	171,38	375,5	20,56	18,211	34,401
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	0,88	14,1	0,25	0,62	1,99
	Напиток	ТТК №37	Напиток из смородины	200	17,04	99,76	0,25	0	25,95
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,21	34,95	1,14	0,09	7,845
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	749,46	30,64	29,611	93,649

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А.Блохина

Школа

МБОУ СОШ №12

Меню на 03 апреля 2024 г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

03.04.2024

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб.	Холодн.закус	19/50-04	Салат из свеклы с сыром	100	27,99	112	5,73	5,9	9,2
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	26,2	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	0018/416-96	Шницель рубленый	50	66,09	128,69	8,36	6,89	8,83
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	ТТК №37	Напиток из смородины	200	17,04	99,76	0,25	0	25,95
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	21	1,69	48,93	1,596	0,126	10,983
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	667,08	22,046	23,396	95,868
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №24	Пицца школьная с колбасой	120	42,93	332	11,86	12,48	43,42
	Напиток	11/705-04	Напиток из шиповника	200	12,7	106,7	0,8	0	26,97
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	39	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Груша	260	71,37	109,2	1,04	0	27,8
				Итого		166	703,9	19,3	17,48
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 05 апреля 2024г (возрастная категория 12-18 лет,1 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0036/444-04	Плов по- узбекски	30/150	104,36	409,4	13,77	21,58	42,68
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	20	9,79	2,8	0,12	0	0,58
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	130	28,35	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		166	652,25	20,83	25,915	88,03
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №95а	Суфле из филе курицы	100	122,01	277,9	22,28	19,9	1,04
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,15	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	20	9,79	2,8	0,12	0	0,58
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	19	1,52	44,27	1,444	0,144	9,937
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	680,44	36,004	29,659	70,717
Обед 248 руб.	Холодн.закус	4/20-04	Салат из св.помидор.и огурцов*	100	36,28	103,94	0,7	9,99	2,86
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перло	250	14,21	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №111	Рулетик "Пеструшка"в сливочном	75/40	146,35	311,8	19,15	15,4	8,4
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	25,31	185,04	3,92	5,6	31,64
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная брокколи	25	10,9	26,3	0,96	1,26	2,86
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,69	144,42	1,33	0	37,3
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	1,96	55,92	1,824	0,144	12,552
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	983,67	31,284	37,814	119,67

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 05 апреля 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова



Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День				
									05.04.2024
Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	ТТК №112	Салат Овощной с морской капустой	100	45,58	63,9	1,47	3	7,59
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перло)	250	14,21	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №60	Сарделька "Рябушка"припущ.	75	61,59	198,9	9,22	15,86	5,12
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	3	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	25,31	185,04	3,92	5,6	31,64
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,69	144,42	1,33	0	37,3
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	33	2,63	82,016	2,68	0,2	18,41
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	20	1,39	43	1,36	0,24	9,28
				Итого		166	869,306	22,95	31,2
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	110	64	326,6	11,2	18,2	31,61
	Напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной смородиной	200	14,23	102,26	0,15	0	27,03
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	230	45,77	87,4	2,07	0	19,32
			Итого		166	595,76	14,92	19,7	92,96
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова