



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 06 мая 2024 г.(возрастная категория 12-18 лет,1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

06.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166 руб	Мучные изд.	ТТК №62	Бутерброд горячий с колбасой и с	15/15/20	35,47	138,55	7,3	7,64	10,46
	2 блюдо	ТТК №25	Каша молочная Дружба	200/10	24,79	229,15	5,36	10,92	29,1
	Напиток	ТТК №70	Какао "Чукка "(витамин.)	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	182	38,05	82,8	0,72	0	20,34
			Итого		166	731,8	22,04	24,97	109,2
Завтрак 2 комплекс 166 руб	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	20,3	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо.	0062/463-04	Тефтели из говядины с рисом (па	75/30	101,78	156,87	11,53	9,29	7,25
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	23,22	78,9	2,9	3,8	8,6
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	10	5,2	1,4	0,006	0	0,29
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	13,09	71,35	1,38	1,64	13,64
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	22	1,71	51,26	1,672	0,132	11,506
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	435,43	22,188	19,077	45,926
Обед 248 руб.	Холодн,закус	ТТК 91	Салат овощной с консерв. кукуруз	100	50,16	65,8	1,11	5	4,7
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	27,12	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	004/433-04	Мясо тушеное	40/50	117,41	164,71	13,12	11,16	3,13
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,4	244,82	6,44	5,1	46,08
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная брокколи	25	11,07	13,2	0,5	0,65	1,42
	Напиток	ТТК № 67	Напиток из вишни	200	19,6	102,01	0,2	0	26,78
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,07	34,95	1,14	0,09	7,845
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Мучные изд.	ТТК №21	Плюшка с сахаром	50	7,87	177,09	4,18	5,25	30,18
			Итого		248	915,73	29,4	32,04	134,398

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 08 мая 2024 г (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



ИВАНОВА
 Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День 08.05.2024				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 166руб.	Холодн.закус	4/20-04	Салат из св.помидор.и огурцов*	100	36,88	103,94	0,7	9,99	2,86
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,67	220,97	8,35	4,2	39,7
	2 блюдо	0021/423-96	Тефтели с соусом	60/50	72,91	181,08	8,75	11,33	11,74
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,1	154,3	3,26	4,69	26,3
	Доп. гарнир	8/97-04	Горошек зеленый конс	20	6,01	8,2	0,62	0,04	1,42
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	13,74	109,26	0,165	0	28,81
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	13	0,99	30,29	0,988	0,078	6,799
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	829,54	23,513	30,448	122,269
Полдник комплекс №1 166 руб.	Хл.булочные	14/643 Нац.	Эчпочмак	100	50,87	251,91	9,12	10,76	31,74
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	13,08	71,35	1,38	1,64	13,64
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	154	33,31	58,9	1,4	0	13,02
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
			Итого		166	555,66	14,4	13,9	96,8
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12

Е.А. Блохина

Меню на 07 мая 2024 г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель

Е.А. Иванова

Школа МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

07.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб	2 блюдо	0024/387-96	Печень по-строгановски	50/30	60,97	138,1	13,5	8,3	2,37
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,1	154,3	3,26	4,69	26,3
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	30	21,6	6,9	0,39	0	1,41
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный горячий	200	15,67	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Мандарин	146	43,95	57	1,2	0	12,9
			Итого		166	512,91	21,06	13,26	80,925
Завтрак комплекс №2 166 руб	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	50	47,17	90,3	12,85	4,27	0,14
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томат.паста)	50	6,4	34,56	0,52	2,29	3,07
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	16,23	219,37	3,87	5,25	41,8
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	30	21,6	6,9	0,39	0	1,41
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный горячий	200	15,67	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
Фрукты	14/м24-96	Груша св.	125	55,88	52,5	0,5	0	13,3	
			Итого		166	570,99	21,18	12,14	99,985
Обед 248руб.	Холодн.закус	ТТК №117	Салат из огурцов и помидоров с я	100	41,86	106,4	3,24	9,41	1,96
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	14,56	76,02	1,85	1,68	13,12
	Первое бл	12/м8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	ТТК №101	Филе индейки, запеченное под соус	60/40	110,72	239,7	18,35	16,1	2,5
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,32	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,72	99,76	0,175	0	26,1
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	35	2,84	82,016	2,68	0,2	18,41
Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96	
			Итого		248	894,286	37,629	36,33	106,97

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 06 мая 2024 г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

06.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб.	Холодн.закус	6/60-96	Винегрет овощной(огурец*)	100	22,2	142,51	2,14	10,04	9,86
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	13,04	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	0021/423-96	Тефтели с соусом	60/50	72,91	181,08	8,75	11,33	11,74
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,4	244,82	6,44	5,1	46,08
	Напиток	ТТК № 67	Напиток из вишни	200	19,6	102,01	0,2	0	26,78
	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	110	22,94	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		166	880,77	22,2	31,38	131,583
Полдник 166 руб	Мучные изд.	7/701-96	Колбаса запеченная в тесте	100	54,29	314,1	10,9	16,95	31,6
	Напиток	ТТК №70	Какао "Чукка "(витамин.)	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	148	31,07	69	0,6	0	16,95
				Итого		166	581,8	18,46	24,62
			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

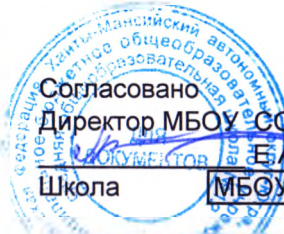
Меню на 08 мая 2024 г (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День 08.05.2024				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	2 блюдо	ТТК № 71	Биточки из птицы, запечен. с сыр	80	77,42	240,3	11,3	17,98	8,6
	2 блюдо	0051/6/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	8,17	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,67	204,02	5,37	4,27	38,4
	Доп. гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	35	18,21	4,9	0,21	0	1,02
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	13,09	71,35	1,38	1,64	13,64
	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/м24-96	Апельсин	175	38,13	66,5	1,58	0	14,7
			Итого		166	672,45	22,29	25,13	93,13
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	15	7,8	2,1	0,09	0	0,44
	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс н/р	53	112,4	177,2	12,72	14,04	0,045
	Гарнир	0049/214/96	Морковь , тушеная с рисом	125	18,5	150,6	2,26	6,37	22,4
	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/м24-96	Апельсин	100	21,64	38	0,9	0	8,4
			Итого		166	494	18,37	20,65	61,355
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №100	Салат Веснянка	100	42,04	59,66	0,88	5,07	2,54
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,67	220,97	8,35	4,2	39,7
	Первое бл	12/м8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	112,42	160,75	12,59	10,76	3,59
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	25,32	185,04	3,92	5,6	31,64
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная брокколи	25	11,07	13,2	0,5	0,65	1,42
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	13,74	109,26	0,165	0	28,81
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	16	1,3	37,28	1,2	0,1	8,37
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	837,58	31,309	28,48	120,71

Зам.директора по ОП  Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 07 мая 2024 г (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 07.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб	Холодн.закус		Салат Степной	100	20,56	186,63	2,02	15,06	9,6
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	14,55	76,02	1,85	1,68	13,12
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №101	Филе индейки, запеченное под соус	60/40	110,72	239,7	18,35	16,1	2,5
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	11,16	265,5	8,8	6,14	47,24
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,36	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
				Итого		166	927,5	34,32	40,28
Полдник 166 руб	Мучные изд.	ТТК №30	Сочень с творогом	110	42,29	396,16	11,62	18,77	47,96
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный горячий	200	15,67	76,86	0,13	0	20,23
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	39,2	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	195	42,1	74,1	1,76	0	16,38
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	85,5	2,02	0	18,9
			Итого		166	788,62	21,13	23,77	125,47
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по О.П.  Н.В.Тарасова