



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина


Меню на 11 декабря 2023 г.(возрастная группа 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 1 комплекс 160 руб.	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	26,65	280,72	7,76	11,64	38,55
	напиток	ТТК №70	Какао "Хрутка "(витамин.)	200	38,12	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
	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	110	64,55	326,6	11,2	18,2	31,61
	Фрукты	14/м24-96	Мандарин	100	29,07	38	0,8	0	8,6
				Итого		160	811,12	26,74	36,13
Завтрак 2 комплекс 160 руб.	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	84,7	210,35	15,4	15,3	3,03
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	19,96	96	2,85	5,7	7,35
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	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 витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.Гала	245	48,64	110,4	0,96	0	27,12
			Итого		160	565,25	22,33	21,33	72,505
Обед 238 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	19,92	84	1,65	5,02	8,4
	Первое бл	11/135-96	Суп картоф. с фрикадельками	25/250	63,57	161,54	7,96	5,39	21,5
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,08	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,33	244,82	6,44	5,1	46,08
	напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной сморо	200	15,27	102,26	0,15	0	27,03
	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 витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	110	21,86	50,6	0,44	0	12,4
				Итого		238	956,53	32,8	27,89

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.  Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 11 декабря 2023 г. (возрастная группа 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

11.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 160 руб.	Холодн,закус	ТТК №92а	Салат Огородничий (с морковью)	60	11,54	50,4	0,99	3,6	5,04
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	11,95	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,08	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,33	244,82	6,44	5,1	46,08
	напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной смородиной	200	15,27	102,26	0,15	0	27,03
	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		160	804,39	25,15	27,26	121,82
Полдник 160 руб.	Мучные изд.	ТТК №31	Рогалик с маком	100	18,64	313,58	7,48	7,23	58,3
	напиток	ТТК №70	Какао "Хрутка "(витамин.)	200	38,12	119,2	5,46	6,17	10,8
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	212	76,5	79,8	1,89	0	17,64
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
				Итого		160	606,58	15,83	13,4
			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 12 декабря 2023 г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

12.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 160 руб.	Холодн.закус	TK10/3-04	Бутерброд с сыром	5 / 15/30	24,2	161,45	6,33	8,4	15,74
	2 блюдо	ТТК №33	Голубцы Любительские	85/50	78,85	178,2	9,58	10,53	11,95
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,04	154,3	3,26	4,69	26,3
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	150	29,55	69	0,6	0	16,95
			Итого		160		700,7	22,55	23,89
Завтрак комплекс №2 160 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	102,85	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	23,1	137,54	2,8	6,4	16,78
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,21	34,95	1,14	0,09	7,845
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	16,6	46	0,4	0	11,3
		Итого		160		568,38	24,82	26,975	57,435
Обед 238 руб.	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	60	19,35	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	12,09	76,02	1,85	1,68	13,12
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,55	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	001/375-96	Бефстроганов	50/50	149,59	281,2	16,4	21,4	6,076
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,2	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	11/705-04	Напиток из шиповника	200	12,52	106,7	0,8	0	26,97
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	20	1,39	43	1,36	0,24	9,28
			Итого		238		874,86	32,894	37,22

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Влохина

Меню на 12 декабря 2023 г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

12.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	16а/43-04	Салат из б/к капусты с морковью	60	6,67	53,33	0,92	3	5,95
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	12,09	76,02	1,85	1,68	13,12
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	ТТК№74	Биф рубленный	80	102,85	216,24	15,58	16,27	1,9
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,2	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	11/705-04	Напиток из шиповника	200	12,52	106,7	0,8	0	26,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	26	2,09	60,58	1,976	0,156	13,598
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,21	34,95	1,14	0,09	7,845
	Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	5,68	193,48	3,69	6,92	31,2
			Итого		160	983,62	33,496	35,516	140,493
	Мучные изд.	ТТК №32	Рулетик с изюмом и сахаром	100	23,52	372,86	7,95	9,5	68,03
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	39,2	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Груша	210	66,89	84	0,8	0	21,4
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
			Итого		160	688,36	11,45	11	142,8
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 13 декабря 2023г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)

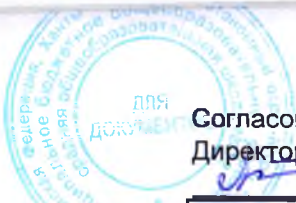


Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп		День			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 160 руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)	150	103,72	385	25,89	19,36	31,4
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	15	7,63	47,25	1,13	1,27	8,4
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,91	71,35	1,38	1,64	13,64
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,34	173,55	6,28	6,3	24,37
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	18,4	46	0,4	0	11,3
			Итого		160	723,15	35,08	28,57	89,11
Завтрак 2 комплекс 160 руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.	50	101,09	151,76	11,8	11,4	0,7
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73
	Доп. гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	30	11,28	4,2	0,18	0	0,87
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,91	71,35	1,38	1,64	13,64
	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	18,4	46	0,4	0	11,3
		Итого		160	459,2	18,386	15,95	63,955	
Обед 238 руб.	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	60	22,03	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	11,6	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,55	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	97,75	180,6	25,7	8,54	0,29
	Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром	150	43,54	176,3	3,44	6,49	27,65
	Сладкое бл	5/646-96	Компот из апельсинов	200	29,72	131,2	0,45	0	34,14
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,47	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
			Итого		238	819,16	38,744	32,03	98,013

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 13 декабря 2023г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День					13.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед 2 комплекс 160 руб.	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	60	22,03	107,34	0,8	9,99	3,66	
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	11,6	81,4	1,89	3,67	9,605	
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018	
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	50	46,27	90,3	12,85	4,27	0,15	
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томат.паста)	50	5,84	34,56	0,52	2,29	3,07	
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	180	18,28	262,85	4,64	6,26	50,22	
	Сладкое бл	5/646-96	Компот из апельсинов	200	29,72	131,2	0,45	0	34,14	
	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 витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	110	21,25	50,6	0,44	0	12,4	
			Итого		160	848,25	24,31	27,75	130,978	
Полдник 160 руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо,манна)	150	103,72	385	25,89	19,36	31,4	
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	15	7,63	47,25	1,13	1,27	8,4	
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,91	71,35	1,38	1,64	13,64	
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,34	173,55	6,28	6,3	24,37	
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	18,4	46	0,4	0	11,3	
				Итого		160	723,15	35,08	28,57	89,11
			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

Школа МБОУ СОШ №12

Меню на 14 декабря 2023 г. (возрастная группа 12-18 лет, 1 смена)

Отд./корп

ИВАНОВА
Утверждаю
Индивидуальный предприниматель

Е. А. Иванова

День

14.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 160 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0047/460-1996	Котлета рубл. из филе кур	75	60	217,09	12,54	12,02	15,49
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,61	204,02	5,37	4,27	38,4
	Доп.гарнир	8/97-04	Кукуруза консервированная	25	13,44	10,25	0,775	0,05	1,775
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	150	53,41	57	1,35	0	12,6
		Итого		160	691,01	27,175	20,765	103,27	
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	30	8,26	3	0,21	0	0,34
	2 блюдо	007/411-96	Биштекс н/р	53	112,35	177,2	12,72	14,04	0,045
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,2	265,5	8,8	6,14	47,24
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	115	22,33	52,9	0,46	0	13
		Итого		160,1	624,7	24,59	20,42	90,695	
Обед 238 руб.	Холодн.закус	ТТК №99а	Салат Фруктовый	60	26,9	26,34	0,42	0	6,16
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,24	220,97	8,35	4,2	39,7
	Первое бл	20/м17-96	Филе птицы отварное для 1 блюд	20	25,24	36,6	2,52	2,46	0,08
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	138,46	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,07	144,42	1,33	0	37,3
	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
			Итого		238	865,47	34,08	25,87	127,72

Зам. директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12

Меню на 14 декабря 2023 г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель

Е.А.Блохина

Е.А.Иванова

Школа Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 160 руб.	Холодн.закус	ТТК №99а	Салат Фруктовый	60	26,9	26,34	0,42	0	6,16
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,24	220,97	8,35	4,2	39,7
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	50	91,52	133,76	10,49	9,11	0,73
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		160	663,92	24,79	18,83	102,335
Полдник 160 руб.	Мучные изд.	ТТК №24	Пицца школьная с колбасой	120	43,39	332	11,86	12,48	43,42
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	36,4	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Груша	240	76,56	96,6	0,92	0	24,6
			Итого		160	642,6	18,58	17,48	104,99
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 15 декабря 2023г (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



ИВАНОВА
Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День 15.12.2023				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 160 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	103,65	409,4	13,77	21,58	42,68
	Доп. гарнир	8/97-04	Огурец консервированный	15	5,81	2,85	0,42	0	0,195
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
			Итого		160	686,5	21,61	25,915	96,345
Завтрак комплекс №2 160 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	123,84	277,9	22,28	19,9	1,04
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,2	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	21	1,68	48,93	1,596	0,126	10,983
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		160	682,3	36,036	29,641	71,183
Обед	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,31	50,4	1,25	0,096	11,71
238 руб.	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	20,19	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,55	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №60/а	Сарделька "Рябушка"припуш.	90	76,26	250,69	11,5	19,27	8,3
	Гарнир	12/216-04	Картофель тушеный	150	28,65	181,5	3,15	9,6	27,75
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный	200	13,2	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,41	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
Фрукты	14/т24-96	Апельсин	160	56,09	60,8	1,44	0	13,44	
		Итого		238	887,07	26,514	36,606	123,498	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



для
ДОКУМЕНТОВ
Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 15 декабря 2023г (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



ИВАНОВА
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
Обед комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,31	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	20,19	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №60/а	Сарделька "Рябушка"припущ.	90	76,26	250,69	11,5	19,27	8,3
		12/216-04	Картофель тушеный	150	26,85	181,5	3,15	9,6	27,75
	Доп.гарнир	8/97-04	Огурец консервированный	20	8,58	3,8	0,56	0	0,26
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный	200	13,2	76,86	0,13	0	20,23
	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
			Итого		160	766,1	21,51	34,506	102,768
	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	100	53,68	314,1	10,9	16,95	31,6
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок" т/п	200	36,4	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	130	39,53	30,4	0,68	0	7,3
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
			Итого		160	652,5	18,38	21,95	99,27
		Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова