



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 ДОКЛАМЕНТОВ Е.А. Блохина

Меню на 14 мая 2024 г. (возрастная категория 7-11 лет, 1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

14.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	30	15,61	4,2	0,18	0	0,87
	2 блюдо	ТТК №113	Биточки "Фрегат" (горбуша)	75	80,88	246	17,25	18,6	2,36
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	3,2	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,1	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	18	1,48	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/т24-96	Апельсин	182	39,68	68,4	1,62	0	15,12
			Итого		166	611,62	24,808	24,518	75,344
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	20,3	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №74	Беф рубленый	80	102,91	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	25,34	137,54	2,8	6,4	16,78
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	25	13,01	3,5	0,15	0	0,72
	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	1,09	34,95	1,14	0,09	7,845
			Итого		166	504,38	23,89	26,855	42,215
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №96	Салат Пекинский со св. овощами	100	54,22	62,13	1,02	5,16	2,6
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский	25/250	73,55	157,18	9,52	5,6	16,94
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК № 56а	Филе индейки тушеное в соусе(тс)	50/50	84,72	187,9	15,49	12,5	3,6
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,32	207,72	7,01	4,78	37,56
	Сладкое блюдо	ТТК №104	Кисель витамин. "Витошка"	200	21,28	95	0	0	23,5
	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	788,28	35,38	29,28	99,318

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А. Блохина

Меню на 14 мая 2024г. (возрастная категория 7-11 лет, 2 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 14.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №96	Салат Пекинский со св. овощами	100	54,22	62,13	1,02	5,16	2,6
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский	25/250	73,55	157,18	9,52	5,6	16,94
	Первое бл	13/м. 1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК № 56а	Филе индейки тушеное в соусе(м)	50/50	84,72	187,9	15,49	12,5	3,6
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,32	207,72	7,01	4,78	37,56
	Сладкое блюдо	ТТК №104	Кисель витамин. "Витошка"	200	21,28	95	0	0	23,5
	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		248	788,28	35,38	29,28	99,318
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	701-96	Котлета запеченная в тесте	100	74,89	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	102	45,76	42	0,4	0	10,7
			Итого		166	539,5	12,66	18,56	84,27
			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

Меню на 15 мая 2024г.(возрастная группа 7-11лет,1 смена)

Отд./корп



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

15.05.2024

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	3,2	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
	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	40	12,24	4	0,28	0	0,72
	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	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
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	180	37,64	82,8	0,72	0	20,34
		Итого			166	764,15	22,49	17,53	135,35
Завтрак	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	20	10,4	2,8	0,12	0	0,58
Завтрак комплекс №2 166 руб.	2 блюдо	007/411-96	Биштекс н/р	53	112,4	177,2	12,72	14,04	0,045
	Гарнир	8/482-96	Капуста тушеная	100	16,98	82,6	2,37	3,51	10,88
	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	1,21	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
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	100	20,96	46	0,4	0	11,3
		Итого			166	423,05	17,63	17,76	50,26
Обед 248 руб.	Холодн.закус	19/50-04	Салат из свеклы с сыром	100	32,33	112	5,73	5,9	9,2
	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/м.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	172,28	375,5	20,56	18,211	34,401
	2 блюдо	0051/6/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	8,15	17,28	0,25	1	1,67
	Напиток	ТТК №37	Напиток из смородины	200	17,69	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	752,64	30,64	29,991	93,329

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Меню на 15 мая 2024 г.(возрастная группа 7-11 лет,2 смена)

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12

Е.А. Блехина

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 15.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн.закус	19/50-04	Салат из свеклы с сыром	100	32,33	112	5,73	5,9	9,2
	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	ТТК №84	Картофельная запеканка с мясом	200	172,28	375,5	20,56	18,211	34,401
	2 блюдо	0051/б/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	8,15	17,28	0,25	1	1,67
	Напиток	ТТК №37	Напиток из смородины	200	17,69	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 витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	752,64	30,64	29,991	93,329
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №24	Пицца школьная с колбасой	120	45,54	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	152	68,76	63	0,6	0	16,5
			Итого		166	657,7	18,86	17,48	108,89
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 16 мая 2024 г. (возрастная категория 7-11 лет, 1 смена)



ИВАНОВА
 Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное	150	92,96	321,4	20,9	16,2	21,9
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	20	10,42	63	1,44	1,7	11,2
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	19,19	173,55	6,28	6,29	24,3
	Хлеб белый	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	13,09	71,35	1,38	1,64	13,64
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	102	30,34	38	0,8	0	8,6
			Итого		166	667,3	30,8	25,83	79,64
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.	50	101,11	151,76	11,8	11,4	0,7
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,68	106,14	2,046	2,64	19,73
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	25	13,01	3,5	0,15	0	0,72
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,02	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	153	32,13	69	0,6	0	16,95
		Итого		166	468,15	17,376	14,31	70,785	
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №109	Салат Мозаика	100	61,7	117,3	3,6	10	2,58
	Первое бл	15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	21,31	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	94,33	180,6	25,7	8,54	0,29
	2 блюдо	0051/б/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	8,17	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	16,23	219,37	3,87	5,25	41,8
	Сладкое бл	3/631-04	Компот из св яблок	200	13,21	126,56	0,08	0	33,55
	Хлеб белый	ТТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
		Итого		248	876,53	41,094	32,31	109,823	

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 16 мая 2024г. (возрастная категория 7-11 лет 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День		16.05.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №109	Салат Мозаика	100	61,7	117,3	3,6	10	2,58
	Первое бл	15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	21,31	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	94,33	180,6	25,7	8,54	0,29
	2 блюдо	0051/6/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	8,17	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	16,23	219,37	3,87	5,25	41,8
	Сладкое бл	3/631-04	Компот из св яблок	200	13,21	126,56	0,08	0	33,55
	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
			Итого		248	876,53	41,094	32,31	109,823
Полдник 166 руб.	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное	150	92,96	321,4	20,9	16,2	21,9
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	20	10,42	63	1,44	1,7	11,2
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	19,19	173,55	6,28	6,29	24,3
	Хлеб белый	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	13,09	71,35	1,38	1,64	13,64
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	102	30,34	38	0,8	0	8,6
				Итого		166	667,3	30,8	25,83
			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 17 мая 2024г (возрастная категория 7-11 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	20,3	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0036/444-04	Плов по- узбекски	30/150	105,96	409,4	13,77	21,58	42,68
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	20	10,4	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	22	1,77	51,26	1,672	0,132	11,506
	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.	112	23,52	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		166	647,71	20,902	25,927	86,776
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	20,3	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №95а	Суфле из филе курицы	100	123,81	277,9	22,28	19,9	1,04
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,23	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,32	207,72	7,01	4,78	37,56
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	10	5,2	1,4	0,006	0	0,29
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	26	2,09	60,58	1,976	0,156	13,598
Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
			Итого		166	695,35	36,422	29,671	74,088
Обед 248 руб.	Холодн.закус	4/20-04	Салат из св.помидор.и огурцов*	100	36,88	103,94	0,7	9,99	2,86
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перлое	250	14,29	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	138,83	311,8	19,15	15,4	8,4
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	25,32	185,04	3,92	5,6	31,64
	Гарнир	20/523-04	Капуста цветная	25	11,07	26,3	0,96	1,26	2,86
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	11,07	144,42	1,33	0	37,3
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,15	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
Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	6,09	193,48	3,69	6,92	31,2	
			Итого		248	1156,18	34,29	44,68	146,163

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Меню на 17 мая 2024г. (возрастная категория 7-11 лет, 2 смена)

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А. Блохина

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День			17.05.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед комплекс 248 руб.	Холодн. закус	4/20-04	Салат из св. помидор. и огурцов*	100	36,88	103,94	0,7	9,99	2,86	
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перловое)	250	14,29	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	138,83	311,8	19,15	15,4	8,4	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	25,32	185,04	3,92	5,6	31,64	
	Гарнир	20/523-04	Капуста цветная	25	11,07	26,3	0,96	1,26	2,86	
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	11,07	144,42	1,33	0	37,3	
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,15	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	
	Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	6,09	193,48	3,69	6,92	31,2	
			Итого		248	1156,18	34,29	44,68	146,163	
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	110	64,77	326,6	11,2	18,2	31,61	
	Напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной смородиной	200	19,26	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	183	39,97	68,4	1,62	0	15,12	
			Итого		166	576,76	14,47	19,7	88,76	
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Н.В. Тарасова