



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 15 апреля 2024 г.(возрастная группа 12-18 лет,1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 15.04.2024

Прием лица	* Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	23,67	280,72	7,76	11,64	38,55
	Напиток	ТТК №90	Какао "Чулка "	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,21	34,95	1,14	0,09	7,845
	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	110	64	326,6	11,2	18,2	31,61
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко	175	38,48	80,5	0,7	0	19,8
			Итого		166	841,97	26,26	36,1	108,605
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	84,57	210,35	15,4	15,3	3,03
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	23,22	96	2,85	5,7	7,35
	Доп. гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	45	22,03	4,2	0,18	0	0,87
	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.	140	30,52	64,4	0,56	0	15,82
			Итого		166	501,05	21,39	21,24	57,14
Обед 248 руб.	Холодн,закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	100	56,77	107,34	0,8	9,99	3,66
	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	75	138,78	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	3	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	ТТК №103	Напиток витамин. "Витошка"	200	17,6	78	0	0	19,4
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	23	1,85	53,59	1,748	0,138	12,029
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	849,48	28,348	35,288	105,377

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блехина

Меню на 15 апреля 2024г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

15.04.2024

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	34,05	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	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	3	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	8/627-96	Чай с лимоном	200/7	5,11	60	0,3	0	15,22
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2	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		166	726,32	23,22	26,75	100,423
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	36,63	119,2	5,46	6,17	10,8
			Йогурт молочный	125	42	78	2,8	2,5	11
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко Бребери	170	37,01	78,2	0,68	0	19,21
			Итого		166	527,31	18,06	19,43	72,75
		Итого		0	0	0	0	0	

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блехина

Меню на 16 апреля 2024г.(возрастная категория 12-18 лет,2 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 16.04.2024

Прием лица	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/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК№74	Биф рубленый	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
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/т24-96	Груша	170	46,57	71,4	0,68	0	18,2
				Итого		166	568,9	12,94	18,56
			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 17 апреля 2024г.(возрастная группа 12-18 лет,1 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

Отд./корп

День

17.04.2024

Прием лица	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	13,87	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	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.Бребери	178	38,92	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	9,79	2,8	0,12	0	0,58
Завтрак комплекс №2 166 руб.	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс 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/м24-96	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/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	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

Отд./корп

Меню на 17 апреля 2024 г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)



Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

17.04.2024

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	120,19
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

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



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12	Отд./корп		День	18.04.2024				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное	150	92,48	321,4	20,9	16,2	21,9
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	20	10,17	63	1,44	1,7	11,2
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,08	173,55	6,28	6,29	24,3
	Хлеб белый	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,94	71,35	1,38	1,64	13,64
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	122	33,33	45,6	0,96	0	10,32
			Итого			166	674,9	30,96	25,83
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.	50	100,78	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	12,24	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	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.	153	33,64	69	0,6	0	16,95
		Итого			166	456,5	16,996	14,28	68,17
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №109	Салат Мозаика	100	64,49	117,3	3,6	10	2,58
	Первое бл	15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	20,73	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	7,37	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,77	219,37	3,87	5,25	41,8
	Сладкое бл	3/631-04	Компот из св яблок	200	13,66	126,56	0,08	0	33,55
	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			248	864,88	40,714	32,28	107,208

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

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



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День					18.04.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед 2 комплекс 166 руб.	Холодный закус	ТТК №109	Салат Мозаика	100	64,49	117,3	3,6	10	2,58	
	Первое бл	15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	20,73	95,5	1,85	4,27	12,2	
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018	
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	50	43,66	90,3	12,85	4,27	0,15	
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	25	0,87	17,28	0,25	1	1,67	
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	180	17,68	262,85	4,64	6,26	50,22	
	Сладкое бл	3/631-04	Компот из св яблок	200	13,66	126,56	0,08	0	33,55	
	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		166	788,14	25,61	27,04	115,488
Полдник 166 руб.	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное	150	92,48	321,4	20,9	16,2	21,9	
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	20	10,17	63	1,44	1,7	11,2	
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,08	173,55	6,28	6,29	24,3	
	Хлеб белый	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,94	71,35	1,38	1,64	13,64	
	Фрукты	14/м24-96	Мандарин	122	33,33	45,6	0,96	0	10,32	
				Итого		166	674,9	30,96	25,83	81,36
			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 19 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	37,09	103,94	0,7	9,99	2,86
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перлое	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	147,97	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 цветная	25	8,82	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	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	974,35	30,98	37,79	117,578	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова

