



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 \_\_\_\_\_ Е.А.Блохина

Меню на 19 февраля 2024 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 166руб.	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	23,51	280,72	7,76	11,64	38,55
	Напиток	ТТК №90	Какао "Чукка "	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	64,36	326,6	11,2	18,2	31,61
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	137	38,28	51,3	10,8	0	11,6
			Итого		166	812,77	36,36	36,1	100,405
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	84,82	210,35	15,4	15,3	3,03
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	19,96	96	2,85	5,7	7,35
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	45	20,2	6,3	0,27	0	1,3
	Напиток	ТТК №90	Какао "Чукка "	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	21	1,68	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	502,28	26,256	27,416	38,103
Обед 248 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	24,79	84	1,65	5,02	8,4
	Первое бл	15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	19,41	85,54	1,9	3,12	12,24
	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	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,55	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	10,27	244,82	6,44	5,1	46,08
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный	200	15,31	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	28	2,23	65,24	2,13	0,168	14,644
	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.	183	40,48	82,8	0,72	0	20,34
				Итого		248	923,74	30,054	28,558

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 19 февраля 2024г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

19.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 166 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	24,79	84	1,65	5,02	8,4
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	12,02	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018/416-96	Шницель рубленый	50	66,1	128,69	8,36	6,89	8,83
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томат.паста)	50	5,84	34,56	0,52	2,29	3,07
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,27	244,82	6,44	5,1	46,08
	Напиток	8/627-96	Чай с лимоном	200/7	5,76	60	0,3	0	15,22
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,41	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
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	162	35,51	67,2	0,64	0	17,12
			Итого		166	816,42	22,86	24,87	131,268
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №31	Рогалик с маком	100	20	313,58	7,48	7,23	58,3
	Напиток	ТТК №90	Какао "Чукка "	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	257	79,76	98,8	2,34	0	21,8
	Сок		Сок фруктовый	200	27,6	94	1	0	23,4
			Итого		166	625,58	16,28	13,4	114,3
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Меню на 20 февраля 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	35	15,71	4,9	0,21	0	1,02
	2 блюдо	ТТК №49	Оладьи из печени (яйцо)	75	71,6	239,6	20,01	16,99	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	20,99	154,3	3,26	4,69	26,3
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,52	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	Груша	118	51,88	50,4	0,48	0	12,84
			Итого		166	575,3	26,36	21,92	71,9
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	102,6	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	23,12	137,54	2,8	6,4	16,78
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	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
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	102	22,48	48,3	0,42	0	11,87
			Итого		166	570,68	24,84	26,975	58,005
Обед 248 руб.	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	60	27,57	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	13/110-96	Борщ с капустой и картоф., помид	250	18,78	76,02	1,85	1,68	13,12
	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	001/375-96	Бефстроганов	50/50	152	281,2	16,4	21,4	6,076
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	13,4	265,5	8,8	6,14	47,24
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	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
			Итого		248	850,79	33,024	38,43	98,104

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №12  
Е.А. Блохина

Меню на 20 февраля 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Е.А. Иванова

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	ТТК №82	Салат "Уральский"(св.капуста)	100	19,82	120,6	1,93	10,04	5,9
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	12,16	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№74	Биф рубленный (индейка)	80	102,6	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	13,4	265,5	8,8	6,14	47,24
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	13,11	109,26	0,165	0	28,81
	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	865,97	30,665	35,37	112,088
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №108	Краля творожная	100	40,87	296,5	13,9	5,9	49,7
	Напиток	ТТК № 67	Напиток из вишни	200	17,19	102,01	0,2	0	26,78
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Груша	150	65,94	63	0,6	0	16,5
			Итого		166	541,01	16,2	7,4	107,98
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 21 февраля 2024 г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День	21.02.2024	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное	150	92,42	321,4	20,9	16,2	21,9
	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	12,9	71,35	1,38	1,64	14,97
	Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	5,69	193,48	3,69	6,92	31,2
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	153	47,36	58,9	1,4	0	13,02
				Итого		166	692,38	28,5	26,03
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.	50	101	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	15,71	4,2	0,18	0	0,87
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	26	2,12	60,58	1,976	0,156	13,598
	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.	133	29,26	62,1	0,54	0	15,25
			Итого		166	464,28	17,422	14,316	69,758
Обед 248 руб.	Холодн. закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	100	43,64	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	23,83	81,4	1,89	3,67	9,605
	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	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	87,31	180,6	25,7	8,54	0,29
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром	150	43,54	176,3	3,44	6,49	27,65
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	13,14	109,26	0,165	0	28,81
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	32	2,58	72,23	2,356	0,186	16,213
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова.	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
				Итого		248	806,08	38,445	32,976

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 21 февраля 2024г. (возрастная категория 12-18 лет 2 смена)

Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед *  2 комплекс 166 руб.	Холодн.закус	5а/22-04	Салат из св.помид.с перцем*		60	26,5	64,4	0,48	5,99	2,2
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор		250	23,83	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	0067/303-96	Горбуша припущенная		50	43,66	180,6	25,7	8,54	0,29
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томат.паста)		50	5,84	34,56	0,52	2,29	3,07
	Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром		150	43,54	176,3	3,44	6,49	27,65
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок		200	12,03	109,26	0,165	0	28,81
	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
	Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя		50	5,69	193,48	3,69	6,92	31,2
				Итого		166	918,35	38,225	35,14	117,943
Полдник 166 руб.	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное		150	92,42	321,4	20,9	16,2	21,9
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром		15	7,63	47,25	1,13	1,27	8,4
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром		200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром		50	17,23	173,55	6,28	6,3	24,37
	Фрукты	14/т24-96	Груша		103	45,12	42	0,4	0	10,7
			Итого		166	642,2	28,91	23,77	80,34	
			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 22 февраля 2024г. (возрастная группа 12-18 лет, 1 смена)

Отд./корп

Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель

Е. А. Иванова

День 22.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	2 блюдо	0058-2004	Котлеты рубл. из филе индейки	80	80,46	237,62	13,56	14,92	14,42
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,56	204,02	5,37	4,27	38,4
	Холодн. закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	35	22,56	8,05	0,46	0	1,65
	Сладкое бл	5/646-96	Компот из апельсинов	200	27,39	131,2	0,45	0	34,14
	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
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	112	24,64	50,6	0,44	0	12,4
		Итого			166	701,92	22,556	19,436	116,633
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн. закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	20	13,5	4,6	0,26	0	0,94
	2 блюдо	007/411-96	Бифитекс н/р	53	112,92	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	3,6	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	Яблоко св.	103	22,47	48,3	0,42	0	11,87
		Итого			166	621,7	24,6	20,42	90,165
Обед 248 руб.	Холодн. закус	9/24-04	Салат Полоньинский	100	36,42	123,2	1,48	9,99	7,032
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,08	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	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	139,24	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0051/б/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	4,62	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	20,99	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	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
			Итого			248	872,41	34,514	35,76

Зам. директора по О.П.

Н.В. Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 22 февраля 2024 г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 22.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб.	Холодн.закус	9/24-04	Салат Полонынский	100	36,42	123,2	1,48	9,99	7,032
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,08	220,97	8,35	4,2	39,7
	2 блюдо	008/418-96	Зразы рубленые	70	73,71	182,33	9,67	11,22	11,3
	2 блюдо	0051/а/593-04	Соус томатный(с помидорами)	30	6,19	20,78	0,3	1,08	2
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	20,99	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	3/631-04	Компот из св яблок	200	13,3	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		166	896,24	25,34	31,42
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №24	Пицца школьная с колбасой	120	43,1	332	11,86	12,48	43,42
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Груша	115	50,56	53,13	0,506	0	13,53
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
				Итого		166	616,63	15,066	13,98
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова