



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 22 января 2024 г.(возрастная группа 12-18 лет,1 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	0020/413-04	Сосиска отварная	60	54,63	166,2	7,38	15,18	0
	Холодн.закус	8/97-04	Горошек зеленый конс	35	10,51	14,35	1,085	0,07	2,49
	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	26,52	280,72	7,76	11,64	38,55
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	39,16	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
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	130	33,57	49,4	1,04	0	11,18
			Итого		166	676,47	24,245	33,18	73,48
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	40	20,4	5,6	0,24	0	1,16
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	39,16	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	12	0,96	27,96	0,912	0,072	6,276
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	480,61	25,542	27,362	33,256
Обед 248 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	25,6	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	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,82	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	10,27	244,82	6,44	5,1	46,08
	Напиток	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,36	99,76	0,175	0	26,1
	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.	127	27,86	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		248	938,26	29,999	29,72	143,838

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №12  
Е.А.Блохина

Меню на 22 января 2024 г. (возрастная группа 7-11 лет, 1 смена)



Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	0020/413-04	Сосиска отварная	60	54,63	166,2	7,38	15,18	0
	Холодн.закус	8/97-04	Горошек зеленый конс	35	10,51	14,35	1,085	0,07	2,49
	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	26,52	280,72	7,76	11,64	38,55
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	39,16	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
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	130	33,57	49,4	1,04	0	11,18
			Итого		166	676,47	24,245	33,18	73,48
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	40	20,4	5,6	0,24	0	1,16
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	39,16	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	12	0,96	27,96	0,912	0,072	6,276
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	480,61	25,542	27,362	33,256
Обед 248 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	25,6	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	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,82	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная пасп	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	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,36	99,76	0,175	0	26,1
	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.	127	27,86	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		248	938,26	29,999	29,72	143,838

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 22 января 2024г г.(возрастная группа 7-11 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 2 комплекс 248 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	25,6	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	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленный	75	101,82	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	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,36	99,76	0,175	0	26,1
	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 витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	127	27,86	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		248	938,26	29,999	29,72	143,838
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №31	Рогалик с маком	100	20,91	313,58	7,48	7,23	58,3
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	39,16	119,2	5,46	6,17	10,8
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	253	78,33	95	2,25	0	21
	Сок		Сок фруктовый	200	27,6	94	1	0	23,4
				Итого		166	621,78	16,19	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 22 января 2024 г.(возрастная группа 12-18 лет,1 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	0020/413-04	Сосиска отварная	60	54,63	166,2	7,38	15,18	0
	Холодн.закус	8/97-04	Горошек зеленый конс	35	10,51	14,35	1,085	0,07	2,49
	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	26,52	280,72	7,76	11,64	38,55
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	39,16	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
	Фрукты	14/м24-96	Мандарин	130	33,57	49,4	1,04	0	11,18
			Итого		166	676,47	24,245	33,18	73,48
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	40	20,4	5,6	0,24	0	1,16
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	39,16	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	12	0,96	27,96	0,912	0,072	6,276
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	480,61	25,542	27,362	33,256
Обед 248 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	25,6	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	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,82	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная пасс	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	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,36	99,76	0,175	0	26,1
	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/м24-96	Яблоко св.	127	27,86	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		248	938,26	29,999	29,72	143,838

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е. А. Блохина

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



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е. А. Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп                     

День 22.01.2024

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	25,6	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018/416-96	Шницель рубленный	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	6	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.	157	34,76	73,6	0,64	0	18,08
			Итого		166	822,82	22,86	24,87	132,228
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №31	Рогалик с маком	100	20,91	313,58	7,48	7,23	58,3
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	39,16	119,2	5,46	6,17	10,8
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	253	78,33	95	2,25	0	21
	Сок		Сок фруктовый	200	27,6	94	1	0	23,4
			Итого		166	621,78	16,19	13,4	113,5
			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 23 января 2024 г. (возрастная категория 7-11 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	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( томатн	85/50	79,28	178,2	9,58	10,53	11,95
	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	3,6	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	160	34,52	73,6	0,64	0	18,08
			Итого		166		705,3	22,59	23,89
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 рубленный	80	103,27	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	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,42	34,95	1,14	0,09	7,845
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0	11,3
			Итого		166		568,38	24,82	26,975
Обед 248 руб.	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	60	28,98	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	12,16	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	001/375-96	Бефстроганов	50/50	150,63	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
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	12,68	109,26	0,165	0	28,81
	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248		844,27	31,199	37,07

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Меню на 23 января 2024г. (возрастная категория 7-11 лет, 2 смена)



МБОУ СОШ №12 Отд./корп \_\_\_\_\_ День 23.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн. закус	1/60-04	Салат по-щекински	60	28,98	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	12,16	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	001/375-96	Бефстроганов	50/50	150,63	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
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	12,68	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		248	844,27	31,199	37,07	102,264
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №32	Рулетики с изюмом и сахаром	100	24,41	372,86	7,95	9,5	68,03
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,14	144,42	1,33	0	37,3
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	39,2	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Груша	240	93,25	100,8	0,96	0	25,68
				Итого		166	697,58	11,74	11
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Меню на 23 января 2024 г.(возрастная категория 12-18 лет,1 смена)



Школа МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

23.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 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( томатн	85/50	79,28	178,2	9,58	10,53	11,95
	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	3,6	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	160	34,52	73,6	0,64	0	18,08
			Итого			166	705,3	22,59	23,89
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 рубленный	80	103,27	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	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,42	34,95	1,14	0,09	7,845
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0	11,3
			Итого			166	568,38	24,82	26,975
Обед 248 руб.	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	60	28,98	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	12,16	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	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	001/375-96	Бефстроганов	50/50	150,63	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
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	12,68	109,26	0,165	0	28,81
	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого			248	844,27	31,199	37,07

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова





Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №12  
Е.А. Блохина

Меню на 23 января 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



ИВАНОВА  
ЕВГЕНИЯ  
Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Е.А. Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп \_\_\_\_\_ День 23.01.2024

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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК№74	Биф рубленый	80	103,27	216,24	15,58	16,27	1,9
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	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
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	12,68	109,26	0,165	0	28,81
	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	15	1,06	32,25	1,02	0,18	6,96
			Итого		166	856,34	30,225	34,75	111,948
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №32	Рулетик с изюмом и сахаром	100	24,41	372,86	7,95	9,5	68,03
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,14	144,42	1,33	0	37,3
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	39,2	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Груша	240	93,25	100,8	0,96	0	25,68
			Итого		166	697,58	11,74	11	146,01
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 24 января 2024 г. (возрастная категория 7-11 лет, 1 смена)



ИВАНОВА  
 ЕВГЕНИЯ  
 АЛЕКСАНДРОВНА  
 Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День			24.01.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)	150	104,25	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	12,9	71,35	1,38	1,64	14,97	
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,41	69,9	2,28	0,18	15,69	
	Фрукты	14/м24-96	Мандарин	150	38,81	57	1,2	0	12,9	
				Итого		166	630,5	31,88	22,45	83,36
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.)	50	102,05	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	15,3	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	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/м24-96	Яблоко св.	130	28,73	59,8	0,52	0	14,7	
			Итого		166	459,65	17,326	14,31	68,685	
Обед 248 руб.	Холодн. закус	5/22-04	Салат из св. помид. с перцем	60	29,06	107,34	0,8	9,99	3,66	
	Первое бл	1/120-96	Щи из св. капусты с картофелем	250	11,68	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	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36	
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	97,75	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	5/646-96	Компот из апельсинов	200	27,39	131,2	0,45	0	34,14	
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	35	2,62	82,016	2,68	0,2	18,41	
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
			Итого		248	848,056	39,194	33,99	100,425	

Зам. директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №12  
Е.А.Блохина

Меню на 24 января 2024г. (возрастная категория 7-11 лет 2 смена)



Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День 24.01.2024				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	60	29,06	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	11,68	81,4	1,89	3,67	9,605
	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	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	97,75	180,6	25,7	8,54	0,29
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	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	5/646-96	Компот из апельсинов	200	27,39	131,2	0,45	0	34,14
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	35	2,62	82,016	2,68	0,2	18,41
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	848,056	39,194	33,99	100,425
Полдник 166 руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо,манна)	150	104,25	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	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,7	173,55	6,28	6,3	24,37
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	150	32,82	69	0,6	0	16,95
			Итого		166	732,8	34,1	26,93	96,09
			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 24 января 2024 г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А. Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День		24.01.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)	150	104,25	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	12,9	71,35	1,38	1,64	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,41	69,9	2,28	0,18	15,69
	Фрукты	14/м24-96	Мандарин	150	38,81	57	1,2	0	12,9
				Итого		166	630,5	31,88	22,45
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.	50	102,05	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	15,3	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	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/м24-96	Яблоко св.	130	28,73	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		166	459,65	17,326	14,31	68,685
Обед 248 руб.	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	60	29,06	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	11,68	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	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	97,75	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	5/646-96	Компот из апельсинов	200	27,39	131,2	0,45	0	34,14
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	35	2,62	82,016	2,68	0,2	18,41
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
				Итого		248	848,056	39,194	33,99

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №12  
Е.А. Блюхина

Меню на 24 января 2024г. (возрастная категория 12-18 лет 2 смена)



Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Е.А. Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День	24.01.2024	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед  2 комплекс 166 руб.	Холодн. закус	5/22-04	Салат из св. помид. с перцем	60	29,06	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	1/120-96	Щи из св. капусты с картофелем	250	11,68	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	48,88	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 блюдо	ТТК №104	Кисель витамин. "Витошка"	200	22	95	0	0	23,5
	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	765,2	35,07	32,25	85,508
Полдник 166 руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)	150	104,25	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	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,7	173,55	6,28	6,3	24,37
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	150	32,82	69	0,6	0	16,95
			Итого		166	732,8	34,1	26,93	96,09
			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 25 января 2024г. (возрастная группа 7-11 лет, 1 смена)

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп



тверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

День 25.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0058-2004	Котлеты рубл.из филе индейки	80	81,08	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	20	14,04	4,6	0,26	0	0,94
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	173	38,17	80,5	0,7	0	19,8
			Итого		166	718,64	26,69	23,555	106,245
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	20	14,04	4,6	0,26	0	0,94
	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс 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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	21,93	46	0,4	0	11,3
			Итого		166	619,4	24,58	20,42	89,595
Обед 248 руб.	Холодн.закус	9/24-04	Салат Полонынский	100	37,98	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/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	140,28	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	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	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	1,83	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
			Итого		248	880,88	34,894	35,41	108,797

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 25 января 2024 г.(возрастная группа 7-11 лет,2 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 25.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн.закус	9/24-04	Салат Полонынский	100	37,98	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/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	140,28	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	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	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	1,83	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
				Итого		248	880,88	34,894	35,41
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №24	Пицца школьная с колбасой	120	43,82	332	11,86	12,48	43,42
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	36,4	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Груша	143	55,44	58,8	0,56	0	14,9
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
				Итого		166	698,8	19,22	17,48
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



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

Меню на 25 января 2024г. (возрастная группа 12-18 лет, 1 смена)

Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова  
 День 25.01.2024

МБОУ СОШ №12 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0058-2004	Котлеты рубл.из филе индейки	80	81,08	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	20	14,04	4,6	0,26	0	0,94
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	173	38,17	80,5	0,7	0	19,8
			Итого		166	718,64	26,69	23,555	106,245
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	20	14,04	4,6	0,26	0	0,94
	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс 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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	21,93	46	0,4	0	11,3
			Итого		166	619,4	24,58	20,42	89,595
Обед 248 руб.	Холодн.закус	9/24-04	Салат Полонынский	100	37,98	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/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	140,28	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	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	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	1,83	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
			Итого		248	880,88	34,894	35,41	108,797

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова





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

Меню на 25 января 2024 г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)



ИВАНОВА  
 ЕВГУЕНИЯ  
 АЛЕКСАНДРОВНА  
 Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова  
 День 25.01.2024

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб.	Холодн.закус	9/24-04	Салат Полонынский	100	37,98	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	74,57	182,33	9,67	11,22	11,3
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томат.паста)	50	5,84	34,56	0,52	2,29	3,07
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,14	144,42	1,33	0	37,3
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,66	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
			Итого		166	961,93	27,91	32,75	147,352
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №24	Пицца школьная с колбасой	120	43,82	332	11,86	12,48	43,42
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	36,4	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Груша	143	55,44	58,8	0,56	0	14,9
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
				Итого		166	698,8	19,22	17,48
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 26 января 2024г (возрастная категория 7-11 лет,1 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День		26.01.2024
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	103,74	409,4	13,77	21,58	42,68
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	15	7,65	2,1	0,09	0	0,44
	Напиток	8/627-96	Чай с лимоном	200/7	6	60	0,3	0	15,22
	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
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	130	28,46	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		166	653,55	20,9	25,915	88,14
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	126,99	277,9	22,28	19,9	1,04
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	14,1	0,25	0,62	1,99
	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	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,37	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	761,05	38,51	31,055	85,57
Обед	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
248 руб.	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	19,99	124,5	2,58	4,3	19,4
	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №60/а	Сарделька "Рябушка"припуш.	90	76,2	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	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,66	99,76	0,175	0	26,1
	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	Груша	115	44,72	53,13	0,506	0	13,53
		Итого		248	902,3	25,625	36,606	129,458	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

Меню на 26 января 2024г. (возрастная категория 7-11 лет, 2 смена)



ИВАНОВА  
 Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	* День					26.01.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед  комплекс 248 руб.	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71	
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	19,99	124,5	2,58	4,3	19,4	
	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018	
	2 блюдо	ТТК №60/а	Сарделька "Рябушка"припущ.	90	76,2	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	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,66	99,76	0,175	0	26,1	
	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	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96	
	Фрукты	14/т24-96	Груша	115	44,72	53,13	0,506	0	13,53	
			Итого		248	902,3	25,625	36,606	129,458	
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	100	54,4	314,1	10,9	16,95	31,6	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	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	173	44,86	64,6	1,36	0	14,62	
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4	
			Итого		166	686,7	19,06	21,95	106,59	
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А. Влохина

Меню на 26 января 2024г (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А. Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День		26.01.2024
Приём 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	103,74	409,4	13,77	21,58	42,68
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	15	7,65	2,1	0,09	0	0,44
	Напиток	8/627-96	Чай с лимоном	200/7	6	60	0,3	0	15,22
	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	28,46	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		166	653,55	20,9	25,915	88,14
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	126,99	277,9	22,28	19,9	1,04
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	14,1	0,25	0,62	1,99
	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	30	2,37	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	761,05	38,51	31,055	85,57
Обед 248 руб.	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	19,99	124,5	2,58	4,3	19,4
	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	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №60/а	Сарделька "Рябушка"припущ.	90	76,2	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	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,66	99,76	0,175	0	26,1
	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	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
	Фрукты	14/т24-96	Груша	115	44,72	53,13	0,506	0	13,53
		Итого		248	902,3	25,625	36,606	129,458	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №12  
Е.А.Блохина

Меню на 26 января 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День		26.01.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	19,99	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	Сарделька "Рябушка"припуш.	75	63,5	198,9	9,22	15,86	5,12
	Гарнир	12/216-04	Картофель тушеный	150	28,65	181,5	3,15	9,6	27,75
	Напиток	5/646-96	Напиток апельсиновый	200	9,52	98,12	0,198	0	25,8
	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	0,74	21,5	0,68	0,12	4,64
Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	130	28,6	59,8	0,52	0	14,7	
			Итого		166	814,87	20,018	31,156	124,828
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	100	54,4	314,1	10,9	16,95	31,6
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	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	173	44,86	64,6	1,36	0	14,62
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
			Итого		166	686,7	19,06	21,95	106,59
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова