



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 26 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 1 комплекс 166 руб	Мучные изд.	ТТК №62	Бутерброд горячий с колбасой и с	15/15/20	33,02	138,55	7,3	7,64	10,46
	2 блюдо	ТТК №25	Каша молочная Дружба	200/10	24,13	229,15	5,36	10,92	29,1
	Напиток	ТТК №70	Какао "Чукка "(витамин.)	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	15	1,21	34,95	1,14	0,09	7,845
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий	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	Мандарин	150	41,56	57	1,2	0	12,9
			Итого		166	694,35	22,14	24,94	99,145
Завтрак 2 комплекс 166 руб	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	20	23,78	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0062/463-04	Тефтели из говядины с рисом (пар)	75/30	101,37	156,87	11,53	9,29	7,25
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	19,96	78,9	2,9	3,8	8,6
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	15	6,78	2,1	0,09	0	0,44
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,9	71,35	1,38	1,64	13,64
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	15	1,21	58,25	1,9	0,15	13,08
			Итого		166	421,62	21,82	18,975	43,01
Обед 248 руб.	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	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	002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	112,1	160,75	12,59	10,76	3,59
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,27	244,82	6,44	5,1	46,08
	Напиток	5/646-96	Напиток апельсиновый	200	10,13	98,12	0,198	0	25,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	24	1,94	55,92	1,824	0,144	12,552
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Груша	110	48,4	46,2	0,44	0	11,77
			Итого		248	799,28	28,476	22,87	125,765

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

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

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова



Школа МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

26.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб.	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	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	002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	112,1	160,75	12,59	10,76	3,59
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,27	244,82	6,44	5,1	46,08
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	23	1,92	53,59	1,748	0,138	12,029
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий	20	1,39	43	1,36	0,24	9,28
			Итого		166	702,21	25,618	21,004	107,282
Полдник 166 руб	Мучные изд.	ТТК №30	Сочень с творогом	110	43,21	396,16	11,62	18,77	47,96
	Напиток	ТТК №70	Какао "Чукка "(витамин.)	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	192	42,15	82,8	0,72	0	20,34
				Итого		166	677,66	19,3	26,44
			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 27 февраля 2024 г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена) Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

Школа МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День 27.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб	2 блюдо	ТТК №49	Оладьи из печени (яйцо)	75	72,06	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
	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	35	19,28	3,5	0,25	0	0,63
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный	200	15,31	76,86	0,13	0	20,23
	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/т24-96	Мандарин	126	35,31	49,4	1,04	0	11,18
			Итого		166	614,16	27,61	22,01	80,045
Завтрак комплекс №2 166 руб	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	87,31	180,6	25,7	8,54	0,29
	2 блюдо	0051/6/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	7,13	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25	41,8
	Доп. гарнир	8/97-04	Кукуруза консервированная	40	21,51	16,4	1,24	0,08	2,84
	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 витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	131	28,87	59,8	0,52	0	14,7	
			Итого		166	641,95	34,7	15,2	96,305
Обед 248руб.	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	100	46,62	103,04	0,68	9,99	2,64
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	21,67	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	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0014/417-96	Котлета по-хлыновски (яйцо,г+св	80	112,63	233,44	13,52	16,77	7,56
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25	41,8
	Напиток	ТТК № 67	Напиток из вишни	200	17,19	102,01	0,2	0	26,78
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	18	1,4	41,94	1,368	0,108	9,414
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
				Итого		248	903,25	26,312	40,518

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А.Блохина

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

Меню на 27 февраля 2024 г (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

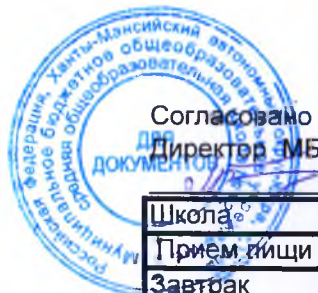
День

27.02.2024

Прием лица	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	100	46,62	103,04	0,68	9,99	2,64
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	21,67	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 №49	Оладьи из печени (яйцо)	75	72,06	239,6	20,01	16,99	1,67
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25	41,8
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	35	2,78	82,016	2,68	0,2	18,41
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
				Итого		166	883,126	31,43	38,53
Полдник 166 руб	Мучные изд.	7/701-96	Колбаса запеченная в тесте	100	54,78	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"	200	39,2	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	135	41,68	51,3	1,22	0	11,34
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	85,5	2,02	0	18,9
				Итого		166	664,9	19,94	21,95
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 28 февраля 2024 г (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена) Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова



Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп		День 28.02.2024			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	Холодная закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №66	Тефтели из курицы тушеные в со	80/40	66,22	234,23	9,55	15,27	15,51
	Напиток	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,56	204,02	5,37	4,27	38,4
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	50	22,44	7	0,32	0	1,45
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,9	71,35	1,38	1,64	13,64
	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
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	165	36,13	75,9	0,66	0	18,6
			Итого		166	703,1	23,12	25,485	100,085
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	15	6,73	2,1	0,09	0	0,44
	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс н/р	53	112,5	177,2	12,72	14,04	0,045
	Гарнир	0049/214/96	Морковь ,тушеная с рисом	125	16,4	150,6	2,26	6,37	22,4
	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/т24-96	Яблоко св.	110	24,46	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		166	506,6	17,91	20,65	65,355
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №80	Салат Огородничий-1	100	33,38	109,2	1,98	7,49	8,84
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский без фрикадел.	250	16,21	100,75	3,8	1,84	16,93
	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	Котлета рубленая	75	101,55	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/а/593-04	Соус томатный(с помидорами)	30	8,9	20,78	0,3	1,08	2
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73
	Гарнир	9/482-96	Капуста тушеная	50	7,21	41,3	1,17	1,76	5,27
	Напиток	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,36	99,76	0,175	0	26,1
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	22	1,74	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
			Итого		248	796,39	27,977	29,092	109,374

Зам.директора по ОП  Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 28 февраля 2024 г (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена) Утверждаю



Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День 28.02.2024				
Прием-пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 166руб.	Холодн.закус	16/43-04	Салат из б/к капусты с морковью	100	11,35	89,07	1,55	5,01	9,96
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский без фрикадел.	250	16,21	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	0018а/416-96	Котлета рубленая	75	101,55	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	11/470-96	Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73
	Гарнир	9/482-96	Капуста тушеная	50	7,21	41,3	1,17	1,76	5,27
	Сладкое бл	4/639-04	Компот из сухофруктов	200	7,76	129,4	1,04	0	33,56
	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	781,8	25,642	24,576	119,716
Полдник комплекс №1 166 руб.	Хл.булочные	14/643 Нац.	Эчпочмак	100	50,88	251,91	9,12	10,76	31,74
	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	Апельсин	225	69,52	85,5	2,02	0	18,9
				Итого		166	474,91	12,84	12,26
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 29 февраля 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова



Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 29.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)	150	110,17	385	25,89	19,36	31,4
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	20	10,17	63	1,44	1,7	11,2
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,68	173,55	6,28	6,29	24,3
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	110	24,38	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		166	730,15	34,25	27,35	94,27
Завтрак комплекс №2 166руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натуральная рубленая	50	101,62	151,76	11,8	11,4	0,7
	Доп гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	30	13,46	4,2	0,18	0	0,87
	гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	32	2,57	72,23	2,356	0,186	16,213
	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.	138	30,44	64,4	0,56	0	15,82
			Итого		166	478,23	17,822	14,346	72,943
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №88	Салат свекольный с огурцами (кон	100	22,32	60,1	2,1	2,5	7
	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	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	003/394-96	Жаркое по-домашнему	50/125	149,79	284,33	17,35	14,89	21,46
	Доп.гарнир	8/97-04	Кукуруза консервированная	30	16,13	12,3	0,93	0,06	2,13
	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	35	2,71	82,016	2,68	0,2	18,41
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	20	1,39	43	1,36	0,24	9,28
			Итого		248	743,976	29,514	25,14	104,048

Зам.директора по ОП

Н.В.Тарасова



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

Меню на 29 февраля 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова
День 29.02.2024

Отд./корп

Примечание	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	ТТК 88а	Салат свекольный с огурц (конс)	60	13,39	36,05	1,24	1,5	4,5
	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	0048/394-96	Жаркое по-домашнему	40/125	122,63	252,2	14,2	14,92	20,92
	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	17	1,36	39,61	1,292	0,102	8,891
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	581,67	19,482	21,912	84,719
Полдник 166 руб.	2 блюдо	0060/362-04	Пудинг из творога (без изюма)	135	92,41	334,75	22,14	15,7	26,9
			Йогурт молочный "Югорский"	125	42	78	2,8	2,5	11
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	100	27,99	38	0,8	0	8,6
			Итого		166	508,75	25,94	18,2	61,47
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП

Н.В.Тарасова

Меню на 01 марта 2024г (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп			День		01.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	2 блюдо	ТТК №1	Котлета по-волжски(горбуша)	75	77,48	295,2	13,87	24,64	4,8
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25	41,8
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	35	15,71	4,9	0,21	0	1,02
	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 витаминизированный	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	157	48,71	58,9	1,4	0	13,02
			Итого		166	744,15	22,72	31,22	97,315
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	35	15,71	4,9	0,21	0	1,02
	2 блюдо	ТТК №64	Филе птицы запеченное	80	103,46	277,5	14,48	23,95	0,58
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	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	3,6	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 витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	120	26,4	55,2	0,48	0	13,56
			Итого		166	700,35	25,21	30	87,075
Обед комплекс №1 248 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	9/38-04	Суп картофельный с клецками	250/30	12,81	113,78	2,63	3,53	18,97
	Первое бл	12/м8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	ТТК №101	Филе индейки, запеченное под соусом	60/40	108,67	239,7	18,35	16,1	2,5
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	25,18	185,04	3,92	5,6	31,64
	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	23	1,87	53,59	1,748	0,138	12,029
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	882,07	31,602	37,458	107,579

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 01 марта 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	Цена	Калорийность	День		
	Раздел	№ рец.	Блюдо				Выход, г	Белки	Жиры
Обед комплекс №1 166 руб.	Холодн.закус	ТТК №82а	Салат "Уральский"(св.капуста,гор	60	10,87	72,36	1,16	6,024	3,54
	Первое бл	9/38-04	Суп картофельный с клецками	250/30	12,81	113,78	2,63	3,53	18,97
	2 блюдо	ТТК №101	Филе индейки,запеченное под соус	60/40	108,67	239,7	18,35	16,1	2,5
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	20,99	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	5/646-96	Напиток апельсиновый	200	10,13	98,12	0,198	0	25,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	23	1,83	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		166	753,35	28,026	30,602	93,779	
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	110	65,24	326,6	11,2	18,2	31,61
	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	125	55,16	52,5	0,5	0	13,3
		Итого		166	516,6	13,4	19,7	74,88	
		Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова