



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 27 ноября 2023 г.(возрастная группа 12-18 лет,1 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

27.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	23,82	280,72	7,76	11,64	38,55
	напиток	ТТК №70	Какао "Чукка "(витамин.)	200	39,21	119,2	5,46	6,17	10,8
1 комплекс 160 руб.	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	110	66,27	326,6	11,2	18,2	31,61
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	147	29,09	66,7	0,58	0	16,39
			Итого		160	839,82	26,52	36,13	107,81
Завтрак 2 комплекс 160 руб.	2 блюдо	ТТК №79	Поджарка из филе индейки	75/25	112,49	310,24	22,97	22,35	4,58
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	19,95	96	2,85	5,7	7,35
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,68	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/м24-96	Яблоко св.	105	20,83	48,3	0,42	0	11,87
		Итого		160	603,04	29,36	28,38	58,805	
Обед 238 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	19,92	84	1,65	5,02	8,4
	Первое бл	11/135-96	Суп картоф. с фрикадельками	25/250	61,71	161,54	7,96	5,39	21,5
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	96,22	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	10,31	244,82	6,44	5,1	46,08
	напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной смор	200	19,86	102,26	0,15	0	27,03
	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/м24-96	Апельсин	67	24,01	24,7	0,58	0	5,46
			Итого		238	930,63	32,94	27,89	144,515

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 27 ноября 2023 г. (возрастная группа 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

27.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 160 руб.	Холодн,закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	19,92	84	1,65	5,02	8,4
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	11,95	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	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	96,22	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	10,31	244,82	6,44	5,1	46,08
	Сладкое бл	ТТК №39	Компот из яблок и груш	200	13,65	106,56	0,16	0	28,23
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	25	2,03	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		160	843,69	26,06	27,71	128,653
Полдник 160 руб.	Мучные изд.	ТТК №31	Рогалик с маком	100	20,35	313,58	7,48	7,23	58,3
	напиток	ТТК №70	Какао "Чукка "(витамин.)	200	39,21	119,2	5,46	6,17	10,8
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	205	73,7	78	1,85	0	17,22
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
			Итого		160	604,78	15,79	13,4	109,72
			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 28 ноября 2023 г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп

День 28.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 160 руб.	Холодн.закус	TK10/3-04	Бутерброд с сыром	5 / 15/30	24,19	161,45	6,33	8,4	15,74
	2 блюдо	ТТК №33	Голубцы Любительские	85/50	75,7	178,2	9,58	10,53	11,95
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,04	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	9/630-96	Чай с молоком	200	9,8	85,104	1,4	1,6	17,32
	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 витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	135	26,56	62,1	0,54	0	15,25
			Итого		160	720,904	23,69	25,49	104,275
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №74	Биф рубленый	80	92,32	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	23,1	137,54	2,8	6,4	16,78
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	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 витаминизирован	20	1,39	43	1,36	0,24	9,28
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	19,69	46	0,4	0	11,3
			Итого		160	613,18	26,26	27,155	67,305
Обед 238 руб.	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	60	19,34	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	12,09	76,02	1,85	1,68	13,12
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	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	143,08	281,2	16,4	21,4	6,076
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	13,38	265,5	8,8	6,14	47,24
	Напиток	ТТК №103	Напиток витамин. "Витошка"	200	17,6	78	0	0	19,4
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	32	2,6	74,56	2,43	0,22	20,7
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	20	1,39	43	1,36	0,24	9,28
			Итого		238	920,25	34,414	38,65	117,414

Зам. директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 28 ноября 2023 г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

28.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 160 руб.	Холодн. закус	17/27-96	Салат Витаминный (ябл. и морко	100	13,91	98,03	1,1	5,02	12,73
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	12,09	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 рубленный	80	92,32	216,24	15,58	16,27	1,9
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,19	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	ТТК №103	Напиток витамин. "Витошка"	200	17,6	78	0	0	19,4
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,43	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	20	1,39	43	1,36	0,24	9,28
	Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	5,68	193,48	3,69	6,92	31,2
			Итого		160	1006,74	33,26	36,71	142,888
	Мучные изд.	ТТК №32	Рулетик с изюмом и сахаром	100	22,89	372,86	7,95	9,5	68,03
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	39,2	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	263	94,26	98,8	2,34	0	21,8
				Итого		160	609,16	11,99	11
				Итого		0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 29 ноября 2023г. (возрастная категория 12-18лет,1 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа		МБОУСОШ №12		Отд./корп	День 29.11.2023				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 160 руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо,манна)	150	103,41	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	12,91	71,35	1,38	1,64	13,64
	Мучные изд.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,07	173,55	6,28	6,3	24,37
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	100	18,98	46	0,4	0	11,3
				Итого		160	723,15	35,08	28,57
Завтрак 2 комплекс 160 руб.	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	20	12,42	4,6	0,26	0	0,94
	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.	50	97,64	151,76	11,8	11,4	0,7
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,6	106,14	2,046	2,64	19,73
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,91	71,35	1,38	1,64	13,64
	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.	105	20,72	48,3	0,42	0	11,87
			Итого		160	461,9	18,486	15,95	64,595
Обед 238 руб.	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	60	22,03	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	11,6	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	12/м8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	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	92,53	180,6	25,7	8,54	0,29
	Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром	150	43,52	176,3	3,44	6,49	27,65
	Доп.гарнир	8/97-04	Огурец свежий	10	2,75	0,1	0,07	0	0,18
	Сладкое бл	5/646-96	Компот из апельсинов	200	31,24	131,2	0,45	0	34,14
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,47	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
			Итого		238	829,51	38,954	33,03	98,535

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 29 ноября 2023г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа	МБОУСОШ №12			Отд./корп			День	29.11.2023	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 160 руб.	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	60	22,03	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	11,6	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	46,27	90,3	12,85	4,27	0,15
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томат.паста)	50	5,84	34,56	0,52	2,29	3,07
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	180	18,28	262,85	4,64	6,26	50,22
	Сладкое бл	5/646-96	Компот из апельсинов	200	31,24	131,2	0,45	0	34,14
	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
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	19,73	46	0,4	0	11,3
			Итого		160	843,65	24,27	27,75	129,878
Полдник 160 руб.	Мучные изд.	4/696-96	Расстегай с мясом и луком	72	46,37	209,98	9,37	6,36	30,84
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	60	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Груша	160	49,98	67,2	0,64	0	17,12
				Итого		160	491,18	15,81	11,36
			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

Школа

МБОУ СОШ №12

Меню на 30 ноября 2023 г. (возрастная группа 12-18 лет, 1 смена)

Отд./корп



Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

30.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 160 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0047/460-1996	Котлета рубл. из филе кур	75	58,35	217,09	12,54	12,02	15,49
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,6	204,02	5,37	4,27	38,4
	Доп.гарнир	22/97-04	Перец сладкий болгарский	20	12,42	4,6	0,26	0	0,94
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий	10	1,04	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	156	56,09	58,9	1,4	0	13,02
			Итого		160	676,51	26,37	20,655	100,535
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	30	8,26	3	0,21	0	0,34
	2 блюдо	007/411-96	Биштекс н/р	53	106,98	177,2	12,72	14,04	0,045
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,19	265,5	8,8	6,14	47,24
	Напиток	11/705-04	Напиток из шиповника	200	12,52	106,7	0,8	0	26,97
	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/м24-96	Яблоко св.	100	18,74	46	0,4	0	11,3
		Итого		160	666,5	25,13	20,42	100,995	
Обед 238 руб.	Холодн.закус	ТТК №99	Салат Фруктовый	100	40,78	43,9	0,7	0	10,27
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,24	220,97	8,35	4,2	39,7
	Первое бл	20/м17-96	Филе птицы отварное для 1 блюд	10	12,34	18,3	1,76	1,23	0,04
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	134,08	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,04	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	3/631-04	Компот из св яблок	200	12,38	126,56	0,08	0	33,55
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
		Итого		238	869,27	33,07	24,73	132,975	

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано

Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

Меню на 30 ноября 2023 г.(возрастная группа 12-18 лет,2 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

День

30.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 160 руб.	Холодн.закус	ТТК №99а	Салат Фруктовый	60	26,21	26,34	0,42	0	6,16
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,2	220,97	8,35	4,2	39,7
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	50	87,01	133,76	10,49	9,11	0,73
	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	21,04	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
			Итого		160	718,43	26,16	20,62	110,965
Полдник 160 руб.	Мучные изд.	ТТК №24	Пицца школьная с колбасой	120	42,98	332	11,86	12,48	43,42
	Напиток	11/705-04	Напиток из шиповника	200	12,52	106,7	0,8	0	26,97
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	290	104,5	2,6	0	24,36	110,2
			Итого		160	441,3	12,66	36,84	180,59
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 01 декабря 2023г (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)

ИВАНОВА
Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп	День					01.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак комплекс №1 160 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	99,46	409,4	13,77	21,58	42,68	
	Доп.гарнир	8/97-04	Огурец консервированный	20	9,26	3,8	0,56	0	0,26	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	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	
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4	
			Итого		160	709,85	22,47	26,005	101,345	
Завтрак комплекс №2 160 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	119,16	277,9	22,28	19,9	1,04	
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67	
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	13,38	207,7	7,01	4,78	37,56	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	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	
			Итого		160	705,53	36,68	30,105	75,275	
Обед	Холодн.закус	9/24-04	Салат Полонынский	100	29,26	123,2	1,48	9,99	7,032	
238 руб.	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	20,19	124,5	2,58	4,3	19,4	
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	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	73,33	250,69	11,5	19,27	8,3	
	Гарнир	12/216-04	Картофель тушеный	150	28,61	181,5	3,15	9,6	27,75	
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный	200	13,2	76,86	0,13	0	20,23	
	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	Апельсин	115	41,44	55,1	1,3	0	10,92	
		Итого		238	954,17	26,604	46,5	116,3		

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 01 декабря 2023г (возрастная категория 12-18 лет, 2 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
Обед комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	9/24-04	Салат Полонынский	100	29,26	123,2	1,48	9,99	7,032
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	20,19	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"припущ.	75	61,11	198,9	9,22	15,86	5,12
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
		12/216-04	Картофель тушеный	150	28,61	181,5	3,15	9,6	27,75
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный	200	13,2	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	22	1,71	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		160		812,24	19,53	42,02
	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	100	53,15	314,1	10,9	16,95	31,6
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,65	58	0,2	0	14,97
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок" т/п	200	60	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	85	43,2	30,4	0,68	0	7,3
			Итого		160	558,5	17,38	21,95	75,87
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова