



Директор
Согласовано
И. о. директора МБОУ СОШ №12
Е. Д. Кошеваров

Утверждаю
Ген. директор ООО «Комбинат школьного питания и торговли»
В. Н. Серикова

М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях
для возрастной категории 7-11 лет

на 5 декабря 2024 год

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Капуста квашеная	60	0,9	0,06	3,1	16,2	70/2015
Котлета из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	90(50/40)	5,4	6,9	5,7	82	268/2015
Макаронные изделия с маслом сливочным	150	5,4	5,8	30,4	195	203/2015
Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	П/Р
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	П/Р
Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	92	386/2015
Кондитерские изделия промышленного производства	25	0,1	0,2	35,3	140	П/Р
ИТОГО:		21,4	17,96	129,06	718,2	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Икра свекольная	60	1,3	0,1	13,2	111	75/02015
Суп картофельный с горохом	200	4,4	4,2	13,2	118	102/2015
Жаркое по-домашнему	50/125	16,2	18,9	16,5	295	259/2015
Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	П/Р
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	П/Р
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
ИТОГО:		36,5	33,2	108,7	922,5	

Бухгалтер
Повар-бригадир

Толу
Риф

Борисова Т.И.
Кельштейн Т.В.



Утверждено
директора МБОУ СОШ №12
Е. Д. Ковалеваров

Утверждаю
Ген. директор ООО «Комбинат школьного питания и торговли»
В. Н. Серикова

МЕНЮ

для организаций бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей возрастной категории от 12 лет и старше

на 5 декабря 2024 год

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Капуста квашеная	60	0,9	0,1	3,1	16,2	70/2015
Котлета из мяса говядины 1-й категории с соусом томатным	90/40	9,7	11,2	10	148	268/2015
Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,4	5,8	30,4	195	203/2015
Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,5	92	389/2015
Кондитерское изделие промышленного производства	35	0,1	0,1	23	125	ПР
Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	386/2015
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,1	82	ПР
Хлеб ржаной иодированный	40	2,6	0,4	16,8	82	ПР
ИТОГО:		28,3	23	135,3	842,2	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Икра свекольная	100	2,3	0,1	22,8	185	75/2015
Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,2	16,5	148	102/2015
Жаркое по-домашнему	75/125	24,3	28,3	24,7	442	259/2015
Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
Хлеб пшеничный	70	4,9	0,7	19,6	140	П/П
Хлеб ржаной иодированный	50	3,2	0,5	21	102	П/П
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
ИТОГО:		44,8	38,8	136,8	1206,5	

Бухгалтер
Повар-бригадир

Борисова Т.И.
Кельштейн Т.В.

Борисова Т.И.
Кельштейн Т.В.