

Утверждаю:
ИП Горобец О.С.



Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО

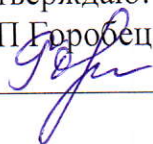
МЕНЮ №1

на « 11 » ноября 2020 г.

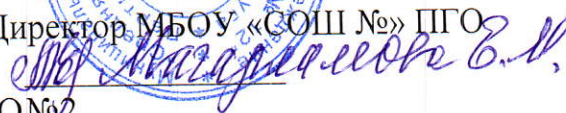
(3 день) среда

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Гречка отварная	150	5,71	9,27	26,3	186,5	16,00
Котлета куриная с соусом	80	10,1	10,8	13	181	18,00
Хлеб пшеничный	40	4,18	0,5	27,3	124,3	2,00
Морская капуста	30	0,48		1,9	9	8,00
Чай с лимоном	200	0,13		15	59,4	6,00
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Гречка отварная	180	6,85	8	30	252	23,80
Котлета куриная с соусом	100	10	9	10,6	228	26,70
Хлеб пшеничный	50	4,18	0,5	27,3	124,3	2,50
Морская капуста	50	0,48		1,9	9	11,00
Чай с лимоном	200	0,13		15	59,4	6,00
Завтрак (ОВЗ)						
Гречка отварная	150	5,71	9,27	26,3	186,5	16,00
Котлета куриная с соусом	50/30	10,1	10,8	13	181	18,00
Хлеб пшеничный	40	4,18	0,5	27,3	124,3	2,00
Морская капуста	30	0,48		1,9	9	8,00
Чай с лимоном	200	0,13		15	59,4	6,00
Обед (ОВЗ)						
Борщ со свеж. капусты на м/к бул.	250	10,95	14,5	46	234,21	23,80
Плов с мясом	160	16,18	14	38	497,5	38,70
Компот из сухофруктов	200	0,04		14,6	94,2	10,00
Хлеб пшеничный	50	4,22	5,45	27,39	124,3	2,50

Утверждаю:
ИП Горобец О.С.



Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО



МЕНЮ №2

на « 11 » ноября 2020 г.

(Здень) среда

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Каша молочная манная	200	10	11	20	240	16,00
Бутерброд с маслом/сыром	40/10/15	4	5	30	169	16,00
Булочка	50	4	2	7	89	12,00
Чай с лимоном	200	1,6	1,8	24,2	69	6,00
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Каша молочная манная	220	14	8	66	325	30,50
Бутерброд с маслом/сыром	50/10/15	7	12	1	156	16,50
Яблоко	100	1	1	4	128	17,00
Чай с лимоном	200	0,16	0	17	63	6,00
Завтрак (ОВЗ)						
Каша молочная манная	200	10	11	20	240	16,00
Бутерброд с маслом/сыром	40/10/15	4	5	30	169	16,00
Яблоко	100	1	1	4	128	17,00
Чай с лимоном	200	0,2	0	17	63	6,00
Обед (ОВЗ)						
Борщ со свеж. капусты на м/к бул.	250	10,95	14,51	46	234,2	23,80
Плов с мясом	160	16,18	14	38	497,5	38,70
Компот из сухофруктов	200	0,04		14,6	94,2	10,00
Хлеб пшеничный	50	4,22	5,45	27,39	124,3	2,50