

Утверждаю:
ИП Горобец О.С



Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО
Е.М. Магарламова



МЕНЮ №1
на « 18 » ноября 2020 г.
(8 день) среда

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Рис отварной	150	6	3,9	23	205	13,30
Печень по строгоновски	80	9,53	11	32	167	22,70
Хлеб пшеничный	40	2	1	14	75	2,00
Чай с молоком	200	2,28	2,26	14	84	7,00
Огурец свежий	30	0	3	1	47	5,00
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Рис отварной	180	9	7	16	219	22,00
Печень по строгоновски	100	6	7	18	218	33,50
Хлеб пшеничный	50	2	1	14	75	2,50
Чай с молоко	200	1,6	1,8	24,2	69	7,00
Огурец свежий	30	0	3	1	47	5,00
Завтрак (ОВЗ)						
Рис отварной	180	8	6,68	22	158	13,30
Печень по строгоновски	100	7	10,5	21,7	233,43	22,70
Хлеб пшеничный	50	4,22	5,5	27,4	124	2,00
Чай с молоко	200	1,6	1,8	24,2	69	7,00
Огурец свежий	30	0	3	1	47	5,00
Обед (ОВЗ)						
Суп вермишелевый на к/б	250	12,00	10,00	40,00	308,00	17,30
Котлета куриная	100	10	12	9	156	20,00
Макаронь отварные	150	5,7	4,6	36	269	14,00
Компот из сухофруктов	200	0,04		14,6	94,2	10,00
Хлеб пшеничный	60	4,22	5,45	27,39	124,3	2,50

Утверждаю:
ИП Горобец О.С

Горобец

Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО
Е.М. Магарламова



МЕНЮ №2

на « 18 » ноября 2020 г.

(8 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	5	18	218	16,00
Куры запеченные	80	9	8	9	126	19,00
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,42	14	79,2	2,00
Какао на молоком	200	4	2	7	110	7,00
Салат из свеклы	30	0	2	6	8	6,00
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Гречка отварная	180	6	8	18	218	22,00
Куры запеченные	100	7	5	7	189	32,50
Хлеб пшеничный	50	4	5	27	124	2,50
Какао на молоком	200	4	2	27	124	7,00
Салат витаминный	30	0	2	6	8	6,00
Завтрак (ОВЗ)						
Гречка отварная	180	6	8	18	218	16,00
Куры запеченные	100	7	5	7	189	18,00
Хлеб пшеничный	50	4	5	27	124	2,00
Какао на молоком	200	4	2	27	124	7,00
Салат витаминный	30	0	2	6	8	6,00
Обед (ОВЗ)						
Суп вермишелевый на к/б	250	12,00	10,00	40,00	308,00	17,30
Котлета куриная	100	10	12	9	156	20,00
Макароны отварные	150	5,7	4,6	36	269	14,00
Компот из сухофруктов	200	0,04		14,6	94,2	10,00
Хлеб пшеничный	60	4,22	5,45	27,39	124,3	2,50