

Утверждаю:
ИП Горобец О.С.

Горобец



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

МЕНЮ №1

на «18» января 2021 г.
(6 день) понедельник

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Куры запеченные	80	9	11	23	109	20,00
Гречка отварная	150	3	4	9	218	16,00
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,42	14	79,2	2,00
Салат из свеж. капусты с морковью и зеле. горошком	30	0,48	0,06	1,56	8,4	6,00
Чай с сахаром	200	2,8	0	13,78	109,1	5,0
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Куры запеченные	100	7	6	9	126	32,20
Гречка отварная	180	6,85	8	30	242	23,80
Хлеб пшеничный	50	0	3	6	8	2,50
Салат из свеж. капусты с морковью и зеле. горошком	30	0	0	11	38	6,00
Чай с сахаром	200	2,8	0	13,78	109,1	5,0
Завтрак (ОВЗ)						
Куры запеченные	80	9	11	23	109	20,00
Гречка отварная	150	3	4	9	218	16,00
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,42	14	79,2	2,00
Салат из свеж. капусты с морковью и зеле. горошком	30	0,48	0,06	1,56	8,4	6,00
Чай с сахаром	200	2,8	0	13,78	109,1	5,0
Обед (ОВЗ)						
Суп крестьянский на к/б	250	9,00	9,00	26,00	188,00	25,30
Колбаса вареная/соусом	50/30	5	9	4	116	23,00
Картофельное пюре	150	3,67	3	20	137,25	14,20
Компот из сухофруктов	200	0,0	0,00	13,00	94	10,00
Хлеб пшеничный	50	3,06	0,42	14	79,2	2,50

Утверждаю:
ИП Горобец О.С.

Горобец

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



МЕНЮ № 2
на « 18» января 2021 г.
(6 день) понедельник

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Котлета с соусом	80	6	12	9	112	21,00
Макароны отварные	150	9	4	38	268	14,00
Хлеб пшеничный	40	2	1	14	75	2,00
Салат из моркови с р/м	60	0	2	5	12	8,00
Чай с сахаром	200	2,8	0	13,78	109	5,0
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200	5,6	6,4	9,4	116	20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Котлета с соусом	100	5	13	8	148	27,50
Макароны отварные	180	9	5	40	270	25,00
Хлеб пшеничный	50	4	5	27	124	2,50
Салат из моркови с р/м	30	1	0	1	21	10,00
Чай с сахаром	200	2,8	0	13,78	109,1	5,0
Завтрак (ОВЗ)						
Котлета с соусом	100	5	13	8	148	25,50
Макароны отварные	180	9	5	40	270	27,00
Хлеб пшеничный	50	4	5	27	124	2,50
Салат из моркови с р/м	30	1	0	1	21	10,00
Чай с сахаром	200	2,8	0	13,78	109,1	5,0
Обед (ОВЗ)						
Суп крестьянский на к/б	250	16	14	40	256	16,30
Колбаса вареная/соусом	50/30	8,40	6	29	235	14,00
Картофельное пюре	180	4,67	8	20,6	239	10,20
Огурец свежий	100	0,4	0,1	4	12	5,00
Компот из сухофруктов	200	0,0	0,00	14,6	94,2	7,00
Хлеб пшеничный	50	4,22	5,45	27,39	124,3	2,50