

Утверждаю:
ИП Горобец О.С.

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



МЕНЮ № 1
на «21» января 2021 г.
(9 день) четверг

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Биточки (мясо птицы)	80	9	9,8	12	181,1	20,00
Макароны отварные	150	8,35	4	33,8	265,09	14,00
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,42	14	79,2	2,00
Какао на молоке	200	4	2	17	124	8,00
Свекла отварная	30	0,81	4,7	20,6	54,96	6,00
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Биточки (мясо птицы)	100	8	12	15	162	26,50
Макароны отварные	180	9,4	5,5	40	269	27,00
Хлеб пшеничный	50	1,96	1,63	15	109	2,50
Какао на молоке	200	4	2	17	124	8,00
Свекла отварная	30	0,81	4,7	20,6	54,96	6,00
Завтрак (ОВЗ)						
Биточки (мясо птицы)	80	9	9,8	12	181,1	20,00
Макароны отварные	150	8,35	4	33,8	265,09	14,00
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,42	14	79,2	2,00
Какао на молоке	200	4	2	17	124	8,00
Свекла отварная	30	0,81	4,7	20,6	54,96	5,00
Обед (ОВЗ)						
Щи из свежей капусты	250	4,7	2	20	256	23,80
Печень тушенная	80	7	12	12	183	24,70
Рис отварной	150	6	7	18	118	14,00
Компот из сухофруктов	200	0,0	0,00	13,00	94	10,00
Хлеб пшеничный	50	3,06	0,42	14	79,2	2,00

Утверждаю:
ИП Горобей О.С.

Горобей

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



МЕНЮ № 2
на « 21 » января 2021 г.
(9 день) четверг

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Плов с курицей	160	15	17	36	397	37,00
Хлеб пшеничный	40	3	0	14	79	2,00
Чай с лимоном	200	1,6	1,8	24,2	69	6,00
Огурец свежий	60	0	0	6	14	5,00
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200	5,6	6,4	9,4	116	20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Плов с курицей	180	17	19	36	471	51,50
Хлеб пшеничный	50	4	5	27	124	2,50
Чай с лимоном	200	0	0	17	63	6,00
Огурец свежий	100	0	3	1	47	10,00
Завтрак (ОВЗ)						
Плов с курицей	180	17	19	36	471	51,50
Хлеб пшеничный	50	4	5	27	124	2,50
Чай с лимоном	200	0	0	17	63	6,00
Огурец свежий	100	0	3	1	47	10,00
Обед (ОВЗ)						
Щи из свежей капусты	250	8	4	37	254	12,70
Печень тушенная	100	13	12	13,68	221	14,00
Рис отварной	180	5,82	9,74	32	258	13,30
Салат из отварной свеклы	100	0	2	6	16	6,00
Компот из сухофруктов	200	0,04	0,00	14,6	94,2	7,00
Хлеб пшеничный	50	3,06	0,42	14	79,2	2,00