

Утверждаю:
И.И. Горобец О.С.

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

МЕНЮ

на «19» октября 2020г.

(бдень) 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