

Утверждаю:

ИИ Горобец О.С.

*Горобец*

Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО

Е.М. Магарламова



МЕНЮ №1

на « 1 » декабря 2020 г.

(7 день) вторник

| Наименование<br>блюда                  | Выход<br>готового<br>блюда | Белки.<br>гр | Жиры.<br>гр | Углеводы.<br>гр | к/кал  | Цена  |
|----------------------------------------|----------------------------|--------------|-------------|-----------------|--------|-------|
| <b>Горячий Завтрак 1-4 кл.</b>         |                            |              |             |                 |        |       |
| Каша пшеничная молочная                | 200                        | 12           | 15          | 36              | 312    | 25,00 |
| Бутерброд с маслом/сыром               | 40/10/15                   | 6            | 4           | 20              | 181    | 19,00 |
| Чай с лимоном                          | 200                        | 1,6          | 1,8         | 24,2            | 69     | 6,00  |
| <b>Второй завтрак 1-4 кл.</b>          |                            |              |             |                 |        |       |
| Молоко                                 | 200                        |              |             |                 |        | 20,00 |
| <b>Горячий Завтрак 5-11 классы</b>     |                            |              |             |                 |        |       |
| Каша пшеничная молочная                | 220                        | 14           | 8           | 64              | 325    | 28,50 |
| Бутерброд с маслом/сыром               | 50/10/15                   | 7            | 12          | 1               | 156    | 19,00 |
| Плюсы свежие (яблоко)                  | 100                        | 1            | 1           | 4               | 128    | 16,50 |
| Чай с лимоном                          | 200                        | 0,16         | 0           | 17              | 63     | 6,00  |
| <b>Завтрак (ОВЗ)</b>                   |                            |              |             |                 |        |       |
| Каша пшеничная молочная                | 220                        | 14           | 8           | 64              | 325    | 25,00 |
| Бутерброд с маслом/сыром               | 50/10/15                   | 7            | 12          | 1               | 156    | 19,00 |
| Чай с лимоном                          | 200                        | 1            | 1           | 4               | 128    | 6,00  |
| <b>Обед (ОВЗ)</b>                      |                            |              |             |                 |        |       |
| Суп рисовый на к/б                     | 250                        | 13,00        | 10,00       | 36,00           | 268,00 | 26,50 |
| Запеканка. Картофельная с фаршем птицы | 180                        | 16,00        | 18,53       | 53,00           | 482,00 | 36,00 |
| 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 Горобен О.С.

*Горобен*

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



МЕНЮ №2

на « 1 » декабря 2020 г.

(7 день) вторник

| Наименование<br>блюда                  | Выход<br>готового<br>блюда | Белки.<br>гр | Жиры.<br>гр | Углеводы.<br>гр | к/кал  | Цена  |
|----------------------------------------|----------------------------|--------------|-------------|-----------------|--------|-------|
| <b>Горячий Завтрак 1-4 кл.</b>         |                            |              |             |                 |        |       |
| Каша рисовая молочная                  | 200                        | 12           | 15          | 36              | 312    | 28,00 |
| Бутерброд с маслом/сыром               | 40/10/15                   | 6            | 4           | 20              | 181    | 16,00 |
| Чай фруктовый с яблоком                | 200                        | 1,6          | 1,8         | 24,2            | 69     | 6,00  |
| <b>Второй завтрак 1-4 кл.</b>          |                            |              |             |                 |        |       |
| Молоко                                 | 200                        |              |             |                 |        | 20,00 |
| <b>Горячий Завтрак 5-11 классы</b>     |                            |              |             |                 |        |       |
| Каша рисовая молочная                  | 220                        | 10           | 15          | 31              | 242    | 29,00 |
| Бутерброд с маслом/сыром               | 50/10/15                   | 6            | 4           | 20              | 181    | 16,00 |
| Порridge                               | 100                        |              |             | 11              | 38     | 19,00 |
| Чай фруктовый с яблоком                | 200                        | 0,16         | 0           | 17              | 63     | 6,00  |
| <b>Завтрак (ОВЗ)</b>                   |                            |              |             |                 |        |       |
| Каша рисовая молочная                  | 220                        | 10           | 15          | 31              | 242    | 28,00 |
| Бутерброд с маслом/сыром               | 40/10/15                   | 6            | 4           | 20              | 181    | 16,00 |
| Чай фруктовый с яблоком                | 200                        | 0,16         | 0           | 17              | 63     | 6,00  |
| <b>Обед (ОВЗ)</b>                      |                            |              |             |                 |        |       |
| Суп рисовый на к/б                     | 250                        | 13,00        | 10,00       | 36,00           | 268,00 | 26,50 |
| Запеканка. Картофельная с фаршем птицы | 180                        | 16,00        | 18,53       | 53,00           | 487,00 | 36,00 |
| 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  |