

Утверждаю:
И.И. Горобец О.С.

Горобец О.С.



Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО

В.И. Коваленко

МЕНЮ №1

на « 10 » ноября 2020 г.

(2 день) вторник

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Каша молочная геркулесовая	200	5,1	9,53	34	202,2	26,00
Бутерброд с маслом	40/10	4	5	30	169	14,00
Морковь с яблоком и р/м	30	1	0	10	40	5,00
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						
Каша молочная геркулесовая	220	11,1	15,3	23,5	239,3	28,00
Бутерброд с маслом	50/5	4	10	8	151	14,00
Йогурт	100			11	38	20,00
Хлеб пшеничный	50	3,06	0,42	14	79,2	2,50
Чай с сахаром	200	2,8	0	13,78	109,1	5,0
Морковь с яблоком и р/м	30	1	0	10	40	5,00
Завтрак (ОВЗ)						
Каша молочная геркулесовая	200	5,1	9,53	34	202,2	26,00
Бутерброд с маслом	40/10	4	5	30	169	14,00
Чай с сахаром	200	1	0	10	40	5,0
Морковь с яблоком и р/м	30	2,8	0	13,78	109,1	5,00
Обед (ОВЗ)						
Суп гороховый	250	8	13	29	224	23,80
Печень тушенная	80	14	8	36	297	24,70
Гречка отварная	150	6	7	22	216	14,00
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 Гуров О.С.

Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО



МЕНЮ №2

на « 10 » ноября 2020 г.

(2 день) вторник

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Запеканка рисовая/творожная с соусом	150/30	12	15	40	289	30,50
Бутерброд с маслом	40/10	4	5	26	172	14,50
Чай с сахаром	200	2,8	0	13,8	109	5,0
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Запеканка рисовая/творожная с соусом	180/30	14	11	51	342	31,00
Бутерброд с маслом	50/10	4	10	8	161	15,00
Йогурт	100			11	38	19,00
Чай с сахаром	200	2,8	0	14	109	5,0
Завтрак (ОВЗ)						
Запеканка рисовая/творожная с соусом	180/30	14	11	51	342	30,50
Бутерброд с маслом	50/10	4	10	8	161	14,50
Йогурт	100			11	38	
Чай с сахаром	200	2,8	0	14	109	5,0
Обед (ОВЗ)						
Суп гороховый	250	8	13	29	224	23,80
Печень тушенная	80	14	8	35,95	297	24,70
Гречка отварная	150	6	7	22	216	14,00
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