

Меню для начальных классов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200/10	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным крестьянским	Калорийность-297, Белки-8,23, Жиры-10,53, Углеводы-42,21
1 шт	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-24,50
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
Итого за Завтрак		73,65 руб
<u>Обед</u>		
30	Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)	Калорийность-3, Белки-0,3, Углеводы-2,1
250	Борщ Ставропольский	Калорийность-118, Белки-2,4, Жиры-5,06, Углеводы-16,54
110	Тефтели рыбные из филе минтая с соусом	Калорийность-155, Белки-7,79, Жиры-8,25, Углеводы-11,99
90/20	сметанным с томатом	Калорийность-143, Белки-2,87, Жиры-4,32, Углеводы-23,01
150	Картофель отварной	Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-27,47
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
20	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	
Итого за Обед		73,65 руб

Меню для питания детей-инвалидов и детей с ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200/10	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным крестьянским	Калорийность-297, Белки-8,23, Жиры-10,53, Углеводы-42,21
1 шт	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-24,50
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<u>Обед</u>		
30	Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)	Калорийность-3, Белки-0,3, Углеводы-2,1
250	Борщ Ставропольский	Калорийность-118, Белки-2,4, Жиры-5,06, Углеводы-16,54
110	Тефтели рыбные из филе минтая с соусом	Калорийность-155, Белки-7,79, Жиры-8,25, Углеводы-11,99
90/20	сметанным с томатом	Калорийность-143, Белки-2,87, Жиры-4,32, Углеводы-23,01
150	Картофель отварной	Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-27,47
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
20	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	
Итого за день		153,00 руб

Директор МБОУ СОШ № 12

Директор



Заведующая

Бухгалтер

Меню для начальных классов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
106	Омлет натуральный	Калорийность-233, Белки-10,74, Жиры-19,19, Углеводы-2,03
60	Икра кабачковая консервированная	Калорийность-82, Белки-1,68, Жиры-4,32, Углеводы-8,72
10	Масло сливочное крестьянское	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
48	Печенье сахарное	Калорийность-200, Белки-3,60, Жиры-4,69, Углеводы-36
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
54	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-115, Белки-4,1, Жиры-0,49, Углеводы-26,84
Итого за Завтрак		73,65 руб
<u>Обед</u>		
60	Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)	Калорийность-6, Белки-0,6, Углеводы-4,2
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-159, Белки-5,9, Жиры-5,38, Углеводы-23,04
110	Биточки рубленые из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
90/20	Макароны отварные	Калорийность-142, Белки-5,4, Жиры-0,7, Углеводы-28,5
150	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
200	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
20	Хлеб Российский ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
Итого за Обед		73,65 руб

Меню для питания детей-инвалидов и детей с ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
106	Омлет натуральный	Калорийность-233, Белки-10,74, Жиры-19,19, Углеводы-2,03
60	Икра кабачковая консервированная	Калорийность-82, Белки-1,68, Жиры-4,32, Углеводы-8,72
10	Масло сливочное крестьянское	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
48	Печенье сахарное	Калорийность-200, Белки-3,60, Жиры-4,69, Углеводы-36
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
54	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-115, Белки-4,1, Жиры-0,49, Углеводы-26,84
<u>Обед</u>		
60	Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)	Калорийность-6, Белки-0,6, Углеводы-4,2
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-159, Белки-5,9, Жиры-5,38, Углеводы-23,04
110	Биточки рубленые из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
90/20	Макароны отварные	Калорийность-142, Белки-5,4, Жиры-0,7, Углеводы-28,5
150	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
200	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
20	Хлеб Российский ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
Итого за день		153,00 руб

Директор МБОУ СОШ № 12

Директор

Заведующая

Бухгалтер

Меню для начальных классов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
120 90/30	Птица (курица) отварная с соусом сметанным с томатом	Калорийность-204, Белки-19,51, Жиры-17,85, Углеводы-2,3
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
Итого за Завтрак		73,65 руб
<u>Обед</u>		
250	Суп-лапша домашняя	Калорийность-116, Белки-2,57, Жиры-5,54, Углеводы-11,62
110 90/20	Кнели из кур с рисом и соусом сметанным с томатом	Калорийность-283, Белки-15, Жиры-22,34, Углеводы-5,69
150	Капуста тушеная	Калорийность-258, Белки-4,35, Жиры-12, Углеводы-3,21
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
20	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
Итого за Обед		73,65 руб

Меню для питания детей-инвалидов и детей с ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
120 90/30	Птица (курица) отварная с соусом сметанным с томатом	Калорийность-204, Белки-19,51, Жиры-17,85, Углеводы-2,3
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<u>Обед</u>		
250	Суп-лапша домашняя	Калорийность-116, Белки-2,57, Жиры-5,54, Углеводы-11,62
110 90/20	Кнели из кур с рисом и соусом сметанным с томатом	Калорийность-283, Белки-15, Жиры-22,34, Углеводы-5,69
150	Капуста тушеная	Калорийность-258, Белки-4,35, Жиры-12, Углеводы-3,21
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
20	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
Итого за день		153,00 руб

Директор МБОУ СОШ № 12

Директор



Заведующая

Бухгалтер

Меню для начальных классов

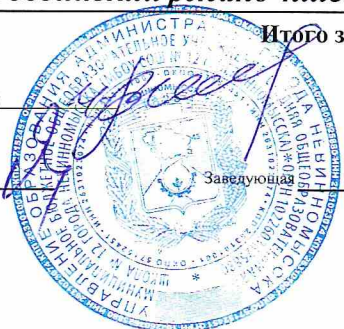
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
110 90/20	Биточки рыбные из филе минтая с соусом сметанным с томатом	Калорийность-216, Белки-12,78, Жиры-12,24, Углеводы-13,86
150	Каша рисовая	Калорийность-216, Белки-3,6, Жиры-5,4, Углеводы-39
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
Итого за Завтрак		73,65 руб
<u>Обед</u>		
60	Овощи натуральные свежие или соленные (огурцы)	Калорийность-6, Белки-0,6, Углеводы-4,2
250	Суп из овощей	Калорийность-103, Белки-1,89, Жиры-5,53, Углеводы-13,11
90	Котлета из курицы	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	Макароны отварные	Калорийность-142, Белки-5,4, Жиры-0,7, Углеводы-28,5
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
20	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
Итого за Обед		73,65 руб

Меню для питания детей-инвалидов и детей с ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
110 90/20	Биточки рыбные из филе минтая с соусом сметанным с томатом	Калорийность-216, Белки-12,78, Жиры-12,24, Углеводы-13,86
150	Каша рисовая	Калорийность-216, Белки-3,6, Жиры-5,4, Углеводы-39
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<u>Обед</u>		
60	Овощи натуральные свежие или соленные (огурцы)	Калорийность-6, Белки-0,6, Углеводы-4,2
250	Суп из овощей	Калорийность-103, Белки-1,89, Жиры-5,53, Углеводы-13,11
90	Котлета из курицы	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	Макароны отварные	Калорийность-142, Белки-5,4, Жиры-0,7, Углеводы-28,5
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
20	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
Итого за день		153,00 руб

Директор МБОУ СОШ № 12

Директор



Заведующая

Бухгалтер

A handwritten signature in blue ink, likely belonging to the accountant.

Меню для начальных классов

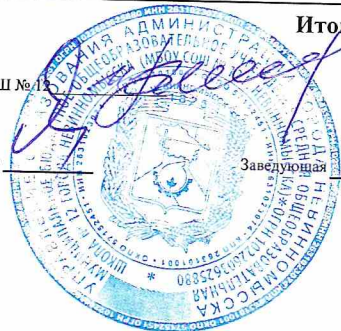
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150/60	Блинчики со сгущенным молоком	Калорийность-277, Белки-8,15, Жиры-4,62, Углеводы-50,58
125 (1шт)	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-59, Белки-0,5, Жиры-0,5, Углеводы-12,25
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
45	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-96, Белки-3,42, Жиры-0,41, Углеводы-22,36
Итого за Завтрак		73,65 руб
Обед		
250	Борщ Ставропольский	Калорийность-118, Белки-2,4, Жиры-5,06, Углеводы-16,54
110	Тефтели из говядины с соусом	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
90/20	сметанным с томатом	Калорийность-229, Белки-7,69, Жиры-4,47, Углеводы-42,41
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-27,47
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
20	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	
Итого за Обед		73,65 руб

Меню для питания детей-инвалидов и детей с ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150/60	Блинчики со сгущенным молоком	Калорийность-277, Белки-8,15, Жиры-4,62, Углеводы-50,58
125 (1шт)	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-59, Белки-0,5, Жиры-0,5, Углеводы-12,25
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
45	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-96, Белки-3,42, Жиры-0,41, Углеводы-22,36
Обед		
250	Борщ Ставропольский	Калорийность-118, Белки-2,4, Жиры-5,06, Углеводы-16,54
110	Тефтели из говядины с соусом	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
90/20	сметанным с томатом	Калорийность-229, Белки-7,69, Жиры-4,47, Углеводы-42,41
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-27,47
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
20	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
30	Хлеб Российский ржано-пшеничный	
Итого за день		153,00 руб

Директор МБОУ СОШ № 12

Директор



Заведующая

Бухгалтер