

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12

Е.В. Исраилова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "Мелисса"

Т.Н. Кравченко

25 "декабря" 2023 г. МЕНЮ



День
Неделя
Сезон

Понедельник
Четвертая
Осень-Зима

16 день

1-4 классы (льготное одноразовое питание)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Бутерброд с отварной курицей и сыром	75	196,88	Салат овощной с яблоками	60	67,41
Каша вязкая молочная из овсяной крупы	150	256,34	Суп с рисом с томатом на к/б	200	158,26
Кофейный напиток с молоком	200	99,04	Гуляш из курицы	90	165,48
Фрукты сезонные	100	38,00	Макароны отварные	150	202,05
			Компот из изюма	200	86,04
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		590,26	Итого за обед(ккал)		834,24
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47

1-4 классы (двухразовое питание) 7-11 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Бутерброд с отварной курицей и сыром	75	196,88	Салат овощной с яблоками	60	67,41
Каша вязкая молочная из овсяной крупы	150	256,34	Суп с рисом с томатом на к/б	200	158,26
Кофейный напиток с молоком	200	99,04	Гуляш из курицы	90	165,48
Фрукты сезонные	100	38,00	Макароны отварные	150	202,05
			Компот из изюма	200	86,04
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		590,26	Итого за обед(ккал)		834,24

Стоимость двухразового питания (руб) : 184,94

5-11 классы (льготное одноразовое питание) 12 лет и старше

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Бутерброд с отварной курицей и сыром	90	241,55	Салат овощной с яблоками	100	101,25
Каша вязкая молочная из овсяной крупы	250	309,97	Суп с рисом с томатом на к/б	250	147,34
Кофейный напиток с молоком	200	99,04	Гуляш из курицы	100	159,11
Фрукты сезонные	100	38,00	Макароны отварные	180	218,95
			Компот из изюма	200	86,04
			Хлеб пшеничный	50	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	100,00
Итого за завтрак (ккал)		688,56	Итого за обед(ккал)		893,47
Стоимость завтрака (руб)		99,64	Стоимость обеда (руб)		99,64

5-11 классы (льготное двухразовое питание) 12-18 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Бутерброд с отварной курицей и сыром	90	241,55	Салат овощной с яблоками	100	101,25
Каша вязкая молочная из овсяной крупы	250	309,97	Суп с рисом с томатом на к/б	250	147,34
Кофейный напиток с молоком	200	99,04	Гуляш из курицы	100	159,11
Фрукты сезонные	100	38,00	Макароны отварные	180	218,95
			Компот из изюма	200	86,04
			Хлеб пшеничный	50	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	100,00
Итого за завтрак (ккал)		673,01	Итого за обед(ккал)		890,2

Стоимость двухразового питания (руб) : 199,27

Заведующая столовой (повар):

Исраилова Е.В. Кравченко Т.Н.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12

Е.В. Израилова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "Мелисса"

Т.Н. Кравченко

26. декабря 2023 г. МЕНЮ



День: Вторник
Неделя: Четвертая
Сезон: Осень-Зима

17 день

1-4 классы (льготное одnorазовое питание)					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Салат из белокочанной капусты	60	52,90	Салат Осенний	60	72,47
Плов из птицы	200	364,52	Суп картофельный с вермишелью на к/б	210	135,19
Чай с лимоном и сахаром	200	47,79	Котлета домашняя с соусом смет-томат	110	199,16
Хлеб пшеничный	50	125,00	Каша гречневая рассыпчатая	150	173,38
			Напиток из шиповника	200	89,33
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		590,21	Итого за обед(ккал)		824,53
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47
1-4 классы (льготное двухразовое питание) 7-11 лет					
Завтрак			Обед		
Салат из белокочанной капусты	60	52,90	Салат Осенний	60	72,47
Плов из птицы	200	364,52	Суп картофельный с вермишелью на к/б	210	135,19
Чай с лимоном и сахаром	200	47,79	Котлета домашняя с соусом смет-томат	110	199,16
Хлеб пшеничный	50	125,00	Каша гречневая рассыпчатая	150	173,38
			Напиток из шиповника	200	89,33
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		590,21	Итого за обед(ккал)		824,53
Стоимость двухразового питания (руб) : 184,94					
5-11 классы (льготное одnorазовое питание) 12 лет и старше					
Завтрак			Обед		
Салат из белокочанной капусты	100	73,09	Салат Осенний	100	105,94
Плов из птицы	250	395,06	Суп картофельный с вермишелью на к/б	250	178,49
Чай с лимоном и сахаром	200	47,79	Котлета домашняя с соусом смет-томат	120	211,00
Хлеб пшеничный	60	125,00	Каша гречневая рассыпчатая	180	217,85
			Напиток из шиповника	200	89,33
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		589,49	Итого за обед(ккал)		957,56
Стоимость завтрака (руб)		99,64	Стоимость обеда (руб)		99,64
5-11 классы (льготное двухразовое питание) 12-18 лет					
Завтрак			Обед		
Салат из белокочанной капусты	100	73,09	Салат Осенний	100	105,94
Плов из птицы	250	395,06	Суп картофельный с вермишелью на к/б	250	178,49
Чай с лимоном и сахаром	200	47,79	Котлета домашняя с соусом смет-томат	120	211,00
Хлеб пшеничный	60	125,00	Каша гречневая рассыпчатая	180	217,85
			Напиток из шиповника	200	89,33
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		589,49	Итого за обед(ккал)		957,56
Стоимость двухразового питания (руб) : 199,27					

Заведующая столовой (повар):

Израилова Е.В. (подпись)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12

Е.В. Израилова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "Мелисса"

Т.Н. Кравченко

24 "декабря" 2023 г. МЕНЮ



18 день

День: Среда
Неделя: Четвертая
Сезон: Осень-Зима

1-4 классы (льготное одноразовое питание)					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Бутерброд с сыром и маслом	60	154,00	Салат картофельный с сол огурцами	60	56,35
Омлет натуральный	150	211,93	Борщ с капустой и картофелем на к/б со сметаной	210	108,54
Какао на молоке	200	104,05	Бефстроганов из отварного мяса	90	189,64
Хлеб пшеничный	50	125,00	Рис припущенный с овощами	150	256,34
Фрукты свежие	150	38,00	Сок фруктовый	200	92,00
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		632,98	Итого за обед(ккал)		857,87
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47

1-4 классы (двухразовое питание) 7-11 лет					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Бутерброд с сыром и маслом	60	154,00	Салат картофельный с сол огурцами	60	56,35
Омлет натуральный	150	211,93	Борщ с капустой и картофелем на к/б со сметаной	210	108,54
Какао на молоке	200	104,05	Бефстроганов из отварного мяса	90	189,64
Хлеб пшеничный	50	125,00	Рис припущенный с овощами	150	256,34
Фрукты свежие	150	38,00	Сок фруктовый	200	92,00
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		632,98	Итого за обед(ккал)		857,87

Стоимость двухразового питания (руб) : 184,94

5-11 классы (льготное одноразовое питание) 12 лет и старше					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Бутерброд с сыром и маслом	60	154,00	Салат картофельный с сол огурцами	100	93,75
Омлет натуральный	200	269,01	Борщ с капустой и картофелем на к/б со сметаной	260	127,05
Какао на молоке	200	104,05	Бефстроганов из отварного мяса	100	189,64
Хлеб пшеничный	60	150,00	Рис припущенный с овощами	180	315,80
Фрукты свежие	150	38,00	Сок фруктовый	200	92,00
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		657,56	Итого за обед(ккал)		883,18
Стоимость завтрака (руб)		99,64	Стоимость обеда (руб)		99,64

5-11 классы (льготное двухразовое питание) 12-18 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Бутерброд с сыром и маслом	60	154,00	Салат картофельный с сол огурцами	100	93,75
Омлет натуральный	200	269,01	Борщ с капустой и картофелем на к/б со сметаной	260	127,05
Какао на молоке	200	104,05	Бефстроганов из отварного мяса	100	189,64
Хлеб пшеничный	60	150,00	Рис припущенный с овощами	180	315,80
Фрукты свежие	150	38,00	Сок фруктовый	200	92,00
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		673,01	Итого за обед(ккал)		890,2

Стоимость двухразового питания (руб) : 199,27

Заведующая столовой (повар):

Израилова Е.В. (подпись)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12

Е.В. Исраилова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "Мелисса"

Т.Н. Кравченко

28 "декабря" 2023



День: Четверг
Неделя: Четвертая
Сезон: Осень-Зима

19 день

1-4 классы (льготное одноразовое питание)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Салат из моркови	60	65,95	Салат из свеклы с сыром	60	81,99
Птица, тушенная в соусе	90	219,31	Рассольник ленинградский на к/б	200	120,59
Каша гречневая рассыпчатая	150	173,38	Котлета из курицы с соусом сметанно-том	110	271,36
Чай с молоком	200	68,42	Картофельное пюре	150	145,04
Хлеб пшеничный	50	125,00	Компот из ягод	200	54,29
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		652,06	Итого за обед(ккал)		828,27
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47

1-4 классы (двухразовое питание) 7-11 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Салат из моркови	60	65,95	Салат из свеклы с сыром	60	81,99
Птица, тушенная в соусе	90	219,31	Рассольник ленинградский на к/б	200	120,59
Каша гречневая рассыпчатая	150	173,38	Котлета из курицы с соусом сметанно-том	110	271,36
Чай с молоком	200	68,42	Картофельное пюре	150	145,04
Хлеб пшеничный	50	125,00	Компот из ягод	200	54,29
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		652,06	Итого за обед(ккал)		828,27

Стоимость двухразового питания (руб) : 184,94

5-11 классы (льготное одноразовое питание) 12 лет и старше

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Салат из моркови	100	79,95	Салат из свеклы с сыром	100	131,05
Птица, тушенная в соусе	120	209,19	Рассольник ленинградский на к/б	250	162,34
Каша гречневая рассыпчатая	180	217,85	Котлета из курицы с соусом сметанно-том	120	201,18
Чай с молоком	200	68,42	Картофельное пюре	180	173,36
Хлеб пшеничный	60	150,00	Компот из ягод	200	54,29
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		700,41	Итого за обед(ккал)		905,05
Стоимость завтрака (руб)		99,64	Стоимость обеда (руб)		99,64

5-11 классы (льготное двухразовое питание) 12-18 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Салат из моркови	100	79,95	Салат из свеклы с сыром	100	131,05
Птица, тушенная в соусе	120	209,19	Рассольник ленинградский на к/б	250	162,34
Каша гречневая рассыпчатая	180	217,85	Котлета из курицы с соусом сметанно-том	120	201,18
Чай с молоком	200	68,42	Картофельное пюре	180	173,36
Хлеб пшеничный	60	150,00	Компот из ягод	200	54,29
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		700,41	Итого за обед(ккал)		905,05

Стоимость двухразового питания (руб) : 199,27

Заведующая столовой (повар):

Исраилова Е.В. [подпись]

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12

Е.В. Исраилова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "Мелисса"

Т.Н. Кравченко

29 **МЕСЯЦ** *декабрь* 2023



День: Пятница
Неделя: Четвертая
Сезон: Осень-Зима

20 день

1-4 классы (льготное одноразовое питание)					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Масло сливочное	10	66,10	Салат из белокочанной капусты	60	52,90
Пудинг из творога (запеченный) с соусом	150	314,08	Суп из овощей на к/б со сметаной	210	104,44
Чай с шиповником	200	53,93	Мясо тушеное	90	247,12
Хлеб пшеничный	50	125,00	Макароны отварные	150	202,05
Фрукты свежие по сезону	150	38,00	Компот из свежих яблок	200	62,69
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		597,11	Итого за обед(ккал)		824,2
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47

1-4 классы (двухразовое питание) 7-11 лет					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Масло сливочное	10	66,10	Салат из белокочанной капусты	60	52,90
Пудинг из творога (запеченный) с соусом	150	314,08	Суп из овощей на к/б со сметаной	210	104,44
Чай с шиповником	200	53,93	Мясо тушеное	90	247,12
Хлеб пшеничный	50	125,00	Макароны отварные	150	202,05
Фрукты свежие по сезону	150	38,00	Компот из свежих яблок	200	62,69
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		597,11	Итого за обед(ккал)		824,2
Стоимость двухразового питания (руб) : 184,94					

5-11 классы (льготное одноразовое питание) 12 лет и старше					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Масло сливочное	10	66,10	Салат из белокочанной капусты	100	73,09
Пудинг из творога (запеченный) с соусом	200	390,68	Суп из овощей на к/б со сметаной	260	120,21
Чай с шиповником	200	53,93	Мясо тушеное	100	194,15
Хлеб пшеничный	60	150,00	Макароны отварные	180	218,95
Фрукты свежие по сезону	150	38,00	Компот из свежих яблок	200	62,69
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		706,21	Итого за обед(ккал)		865,74
Стоимость завтрака (руб)		99,64	Стоимость обеда (руб)		99,64

5-11 классы (льготное двухразовое питание) 12-18 лет					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			Обед		
Масло сливочное	10	66,10	Салат из белокочанной капусты	100	73,09
Пудинг из творога (запеченный) с соусом	200	390,68	Суп из овощей на к/б со сметаной	260	120,21
Чай с шиповником	200	53,93	Мясо тушеное	100	194,15
Хлеб пшеничный	60	150,00	Макароны отварные	180	218,95
Фрукты свежие по сезону	150	38,00	Компот из свежих яблок	200	62,69
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		706,21	Итого за обед(ккал)		865,74
Стоимость двухразового питания (руб) : 199,27					

Заведующая столовой (повар):

Исраилова Е.В. *Кравченко Т.Н.*