

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12
Е.В. Израилова

Генеральный директор ООО "Мелисса"
Кранченко

МЕНЮ
"2" октября 2023 г.



День: Понедельник
Неделя: Первая
Сезон: Осень-Зима

1 день

1-4 классы (льготное одноразовое питание)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Прием 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 рисовой крупы	200	236,03	Суп с рисом с томатом на к/б	200	158,26
Кофейный напиток с молоком	200	99,04	Биточек из курицы	90	164,54
Фрукты сезонные	150	70,50	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)		602,45	Итого за обед(ккал)		833,3
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47

1-4 классы (льготное двухразовое питание) 7-11 лет					
Завтрак			Обед		
Бутерброд с отварной курицей и сыром	75	196,88	Салат овощной с яблоками	60	67,41
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200	236,03	Суп с рисом с томатом на к/б	200	158,26
Кофейный напиток с молоком	200	99,04	Биточек из курицы	90	164,54
Фрукты сезонные	150	70,50	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)		602,45	Итого за обед(ккал)		833,3
Стоимость двухразового питания (руб) : 184,94					

5-11 классы (льготное одноразовое питание) 12 лет и старше					
Завтрак			Обед		
Бутерброд с отварной курицей и сыром	90	277,14	Салат овощной с яблоками	100	87,20
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	250	147,34	Суп с рисом с томатом на к/б	250	147,34
Кофейный напиток с молоком	200	99,04	Биточек из курицы	100	211,89
Фрукты сезонные	150	70,50	Макароны отварные	180	236,95
			Компот из изюма	200	86,04
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		594,02	Итого за обед(ккал)		969,42
Стоимость завтрака (руб)		99,64	Стоимость обеда (руб)		99,64

5-11 классы (льготное двухразовое питание) 12-18 лет					
Завтрак			Обед		
Бутерброд с отварной курицей и сыром	90	277,14	Салат овощной с яблоками	100	87,20
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	250	147,34	Суп с рисом с томатом на к/б	250	147,34
Кофейный напиток с молоком	200	99,04	Биточек из курицы	100	211,89
Фрукты сезонные	150	70,50	Макароны отварные	180	236,95
			Компот из изюма	200	86,04
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		594,02	Итого за обед(ккал)		969,42
Стоимость двухразового питания (руб) : 199,27					

Заведующая столовой (повар):

Израилова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12

Е.В. Исраилова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "Мелисса"

И.Н. Кравченко

3 "Осенний" 2023 МЕНЮ



День: Вторник
Неделя: Первая
Сезон: Осень-Зима

2 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 Осенний	60	72,47
Жаркое по-домашнему (курица)	200	349,62	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	108,54
Чай с лимоном и сахаром	200	47,79	Мясо тушеное	100	305,21
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)		588,36	Итого за обед(ккал)		903,93
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47

1-4 классы (льготное 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 Осенний	60	72,47
Жаркое по-домашнему (курица)	200	349,62	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	108,54
Чай с лимоном и сахаром	200	47,79	Мясо тушеное	100	305,21
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)		588,36	Итого за обед(ккал)		903,93
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 Осенний	100	105,94
Жаркое по-домашнему (курица)	240	302,75	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	127,05
Чай с лимоном и сахаром	200	47,79	Мясо тушеное	100	218,63
Хлеб пшеничный	60	150,00	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)		580,49	Итого за обед(ккал)		958,8
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 Осенний	100	105,94
Жаркое по-домашнему (курица)	240	302,75	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	127,05
Чай с лимоном и сахаром	200	47,79	Мясо тушеное	100	218,63
Хлеб пшеничный	60	150,00	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)		580,49	Итого за обед(ккал)		958,8
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.А. Кравченко

"4" октября 2023г.
МЕНЮ



День: Среда
Неделя: Первая
Сезон: Осень-Зима

3 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 моркови	60	65,95
Омлет с курицей и картофелем	200	305,92	Суп картофельный с вермишелью на к/б	200	135,19
Какао на молоке	200	104,05	Биточек рыбный	100	245,66
Хлеб пшеничный	50	125,00	Картофельное пюре	150	145,04
Фрукты	150	70,5	Сок фруктовый	200	92,00
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		671,57	Итого за обед(ккал)		838,84
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47
1-4 классы (льготное двухразовое питание) 7-11 лет					
Завтрак			Обед		
Масло сливочное	10	66,10	Салат из моркови	60	65,95
Омлет с курицей и картофелем	200	305,92	Суп картофельный с вермишелью на к/б	200	135,19
Какао на молоке	200	104,05	Биточек рыбный	100	245,66
Хлеб пшеничный	50	125,00	Картофельное пюре	150	145,04
Фрукты	150	70,5	Сок фруктовый	200	92,00
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		671,57	Итого за обед(ккал)		838,84
Стоимость двухразового питания (руб) : 184,94					
5-11 классы (льготное одноразовое питание) 12 лет и старше					
Завтрак			Обед		
Масло сливочное	10	109,60	Салат из моркови	100	79,95
Омлет с курицей и картофелем	200	322,56	Суп картофельный с вермишелью на к/б	250	178,49
Какао на молоке	200	104,05	Биточек рыбный	100	141,34
Хлеб пшеничный	60	150,00	Картофельное пюре	180	173,36
Фрукты	150	38	Сок фруктовый	200	92,00
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		724,21	Итого за обед(ккал)		865,14
Стоимость завтрака (руб)		99,64	Стоимость обеда (руб)		99,64
5-11 классы (льготное двухразовое питание) 12-18 лет					
Завтрак			Обед		
Масло сливочное	10	109,60	Салат из моркови	100	79,95
Омлет с курицей и картофелем	200	322,56	Суп картофельный с вермишелью на к/б	250	178,49
Какао на молоке	200	104,05	Биточек рыбный	100	141,34
Хлеб пшеничный	60	150,00	Картофельное пюре	180	173,36
Фрукты	150	38	Сок фруктовый	200	92,00
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		724,21	Итого за обед(ккал)		865,14
Стоимость двухразового питания (руб) : 199,27					

Заведующая столовой (повар):

Исраилова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №12

Е.В. Исраилова

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "Мелисса"
И. Кравченко

МЕНЮ
" 5 " *октябрь* 2023 г



День: Четверг
Неделя: Первая
Сезон: Осень-Зима

4 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 овощной с яблоками	60	67,41	Винегрет овощной	60	55,34
Котлета домашняя	100	199,16	Щи из св капусты с картоф со сметаной	210	110,61
Макароны отварные	150	202,05	Плов из птицы	250	456,910
Чай с молоком	200	68,42	Компот из ягод з/м	200	54,29
Хлеб пшеничный	50	125,00	Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		662,04	Итого за обед(ккал)		832,15
Стоимость завтрака (руб)		92,47	Стоимость обеда (руб)		92,47

1-4 классы (льготное 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 овощной с яблоками	60	67,41	Винегрет овощной	60	55,34
Котлета домашняя	100	199,16	Щи из св капусты с картоф со сметаной	210	110,61
Макароны отварные	150	202,05	Плов из птицы	250	456,910
Чай с молоком	200	68,42	Компот из ягод з/м	200	54,29
Хлеб пшеничный	50	125,00	Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		662,04	Итого за обед(ккал)		832,15
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 овощной с яблоками	100	82,70	Винегрет овощной	100	79,10
Котлета домашняя	100	211,10	Щи из св капусты с картоф со сметаной	250	128,12
Макароны отварные	180	218,95	Плов из птицы	250	456,910
Чай с молоком	200	68,42	Компот из ягод з/м	200	54,29
Хлеб пшеничный	60	150,00	Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		731,17	Итого за обед(ккал)		918,42
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 овощной с яблоками	100	82,70	Винегрет овощной	100	79,10
Котлета домашняя	100	211,10	Щи из св капусты с картоф со сметаной	250	128,12
Макароны отварные	180	218,95	Плов из птицы	250	456,910
Чай с молоком	200	68,42	Компот из ягод з/м	200	54,29
Хлеб пшеничный	60	150,00	Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		731,17	Итого за обед(ккал)		918,42
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

"6" октября 2023 г. **МЕНЮ**



День:
 Неделя:
 Сезон:
 Питание:
 Первая
 Осень-Зима

5 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	С-т из белокочанной капусты	60	52,90
Запеканка из творога с соусом	150	277,63	Суп картофельный с горохом на к/б	200	122,61
Чай с шиповником	200	53,93	Тефтеля с соусом томатным	110	162,550
Хлеб пшеничный	50	125,00	Картофель тушеный	150	168,160
Фрукты	150	70,5	Компот из свежих яблок	200	62,69
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		593,16	Итого за обед(ккал)		748,91
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	С-т из белокочанной капусты	60	52,90
Запеканка из творога с соусом	200	357,53	Суп картофельный с горохом на к/б	200	122,61
Чай с шиповником	200	53,93	Тефтеля с соусом томатным	110	162,550
Хлеб пшеничный	60	150,00	Картофель тушеный	150	168,160
Фрукты	150	70,5	Компот из свежих яблок	200	62,69
			Хлеб пшеничный	30	75,00
			Хлеб ржано-пшеничный	40	80,00
Итого за завтрак (ккал)		593,16	Итого за обед(ккал)		748,91

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	С-т из белокочанной капусты	100	73,09
Запеканка из творога с соусом	200	357,53	Суп картофельный с горохом на к/б	250	154,87
Чай с шиповником	200	53,93	Тефтеля с соусом томатным	120	191,760
Хлеб пшеничный	60	150,00	Картофель тушеный	180	189,490
Фрукты	150	70,5	Компот из свежих яблок	200	62,69
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		698,06	Итого за обед(ккал)		871,9
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	С-т из белокочанной капусты	100	73,09
Запеканка из творога с соусом	200	357,53	Суп картофельный с горохом на к/б	250	154,87
Чай с шиповником	200	53,93	Тефтеля с соусом томатным	120	191,760
Хлеб пшеничный	60	150,00	Картофель тушеный	180	189,490
Фрукты	150	70,5	Компот из свежих яблок	200	62,69
			Хлеб пшеничный	40	100,00
			Хлеб ржано-пшеничный	50	100,00
Итого за завтрак (ккал)		698,06	Итого за обед(ккал)		871,9

Стоимость двухразового питания (руб) : 199,27

Заведующая столовой (повар):

Ильинская О.В.