

Утверждаю

Директор:

**Меню учащихся**  
**МКОУ «Павлохуторская СШ №12»**  
**на «15» апреля 2024 года**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	<b>Завтрак</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-4о-2020	Омлет с сыром	150	19	25,3	3	315,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	батон йодированный	30	2,4	0,3	14,7	71,2
Пром.	Апельсин	100	1,4	0,3	13	60,5
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>540</b>	<b>23,7</b>	<b>26</b>	<b>39,4</b>	<b>487,1</b>
		<b>Стоимость завтрака: 81,00 руб.</b>				
	<b>Обед</b>					
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	5,9	7,2	17	156,9
54-12г-2020	Каша пшенная рассыпчатая	150	6,4	6,5	35,5	225,8
54-21м-2020	Курица отварная	90	28,9	2,2	1	139,3
54-2соус-2020	Соус белый основной	50	1,4	1,9	2,2	31,2
54-34хн-2020	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2	11	46,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	батон йодированный	30	2,4	0,3	14,7	71,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>860</b>	<b>48,2</b>	<b>24,8</b>	<b>99,1</b>	<b>811,3</b>
		<b>Стоимость обеда: 70,00 руб.</b>				

**Меню учащихся**  
**МКОУ «Павлохуторская СШ №12»**  
**на «16» апреля 2024 года**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	<b>Завтрак</b>					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	батон йодированный	40	3,2	0,4	19,6	95
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
Пром.	йогурт молочный питьевой	170	6,8	5,0	11,00	116,00
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>730</b>	<b>20,2</b>	<b>28,4</b>	<b>78,3</b>	<b>648,7</b>
		<b>Стоимость завтрака: 81,00 руб.</b>				

		<b>Обед</b>				
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	8,9	6,7	111,9
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,1	115,3
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-1р-2020	Котлета рыбная (треска)	90	12,7	2,2	7,7	101,4
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Пром.	батон йодированный	30	2,4	0,3	14,7	71,2
<b>Итого за обед</b>		<b>860</b>	<b>30,2</b>	<b>24,5</b>	<b>94,1</b>	<b>718,6</b>
<b>Стоимость обеда: 70,00 руб.</b>						

**Меню учащихся**  
**МКОУ «Павлохуторская СШ №12»**  
**на «17» апреля 2024 года**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
<b>Завтрак</b>						
54-1т-2020	Запеканка из творога	155	29,7	10,7	21,6	301,3
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	0,1	0,1	0,9	5
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	батон йодированный	30	2,4	0,3	14,7	71,2
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	20	1,4	1,7	11,1	65,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>505</b>	<b>34</b>	<b>13,2</b>	<b>58,1</b>	<b>487,4</b>
<b>Стоимость завтрака: 81,00 руб.</b>						
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной					
54-25с-2020	Суп гороховый	250	8,2	3,5	18,7	138,7
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-21м-2020	Тефтели из говядины с рисом	90	13	13,2	7,3	199,7
54-7хн-2020	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	батон йодированный	30	2,4	0,3	14,7	71,2
<b>Итого за обед</b>		<b>825</b>	<b>35,1</b>	<b>27,2</b>	<b>102,6</b>	<b>794,6</b>
<b>Стоимость обеда: 70,00 руб.</b>						

**Меню учащихся**  
**МКОУ «Павлохуторская СШ №12»**  
**на «18» апреля 2024 года**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
<b>Завтрак</b>						
54-12з-2020	Икра морковная	100	2,1	7,1	10,1	113,2
54-3г-2020	Макаронные отварные с сыром	170	9	7,7	32,5	235,4
Пром.	батон йодированный с сыром	30	2,4	0,3	14,7	71,2
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6
Пром.	Банан	170	2	1	27	123
<b>Итого за завтрак</b>		<b>670</b>	<b>16,5</b>	<b>16,3</b>	<b>104,5</b>	<b>629,4</b>
<b>Стоимость завтрака: 81,00 руб.</b>						

	<b>Обед</b>					
54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-21с-2020	Суп картофельный с рыбой (треска)	200	8,4	2,5	14,6	114,5
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	240	26,4	26,4	16	407,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6
Пром.	батон йодированный	30	2,4	0,3	14,7	71,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>760</b>	<b>40,8</b>	<b>32,7</b>	<b>84,4</b>	<b>794,8</b>
<b>Стоимость обеда: 70,00 руб.</b>						

**Меню учащихся**  
**МКОУ «Павлохуторская СШ №12»**  
**на «19» апреля 2024 года**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	<b>Завтрак</b>					
54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	80	0,7	8,1	5,7	99
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	2,9	7,5	13,6	133,3
54-5м-2020	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	батон йодированный с сыром	43	2,4	0,3	14,7	71,2
Пром.	Груша	100	0,4	0,3	10,3	46
Пром.	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	124,7
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>693</b>	<b>34,9</b>	<b>28,1</b>	<b>96,2</b>	<b>769,9</b>
<b>Стоимость завтрака: 81,00 руб.</b>						
	<b>Обед</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,9	7,1	12,7	138
54-7г-2020	Рис припущенный	150	3,5	4,8	35	196,8
54-31м-2020	Оладьи из печени по-кунцевски	90	15,7	10,2	14	210,9
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4
Пром.	батон йодированный	30	2,4	0,3	14,7	71,2
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за обед</b>	<b>810</b>	<b>30,6</b>	<b>23,1</b>	<b>104,9</b>	<b>749,5</b>
<b>Стоимость обеда: 70,00 руб.</b>						