

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Г.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 09.01.2025

для учащихся 1-4 классов

присм пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюда	ТТК210	Омлет натуральный с горошком консервированным	150	60,67	302,00	15,80	20,10	2,13
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	11,20	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				525	76,72	501,80	19,91	22,02	40,37

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 10.01.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	ТТК 293	Птица тушеная в соусе с овощами	150	51,13	354,00	24,00	18,00	24,00
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
			Хлеб ржано-пшеничный	30	2,94	46,40	1,32	0,22	9,88
		338	Фрукты свежие (яблоко)	145	16,27	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				577	76,72	601,2	29,49	20,14	72,32

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 13.01.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из риса	220	39,05	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	145	16,21	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				620	76,72	594,00	7,31	19,37	91,28

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 14.01.25
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,11	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	44	3,84	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				539	76,72	506,2	14,61	6,6	93,74

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 15.01.2025

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	204 Макароны отварные с сыром	150	36,49	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3,52	82,20	3,21	1,40	13,10
		338 Фрукты свежие (яблоко)	146	16,36	61,1	0,52	0,52	11,44
		14 Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
итого за завтрак			568	76,72	512,00	14,07	21,07	63,28

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 16.01.2025

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	46,82	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		70	Овощи солёные(огурец)	60	10,49	8,10	0,55	0,06	1,34
Итого за завтрак				585	76,72	533,90	20,06	19,78	65,58

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок)

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 17.01.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	42,03	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	13,23	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				585	76,72	529,00	9,71	18,77	76,98

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 09.01.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская ценность	Пищевые вещества			
							белки	жиры	углеводы	
обед	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	200	8,32	128,00	2,7	2,8	22,90	
	2блюдо	ТТК297	Фрикадельки из птицы	80	32,62	194,00	8,5	13,60	9,41	
	гарнир	279	Каша рассыпчатая гречневая	100	11,51	242,00	8,6	5,90	38,70	
	3 блюдо	1010*	Напиток яблочный	200	5,91	106,00	0,12	0,21	25,20	
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10	
Итого за завтрак					610	61,00	752,20	23,13	23,91	109,31

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 10.01.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реч	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1блюда	96	Рассольник по-Петербургски	200	8,09	134,00	2,00	5,11	20,00
	2блюда	ТТК294	Биточки рубленые из птицы 60/40	100	38,47	198,00	13,08	10,60	12,60
	сладкое	309	Макароны отварные	100	8,84	191,00	5,50	3,80	33,80
	напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	38	3,39	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед				653	61,00	661,70	24,17	20,91	93,20

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 13.01.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	88 Суп крестьянский из пшеничной крупы	200	6,91	105,00	2	6,19	10,30
	2 блюдо	294 Котлеты из птицы 60/40	110	38,47	198,00	13,8	10,60	12,60
	гарнир	309 Макароны отварные	100	8,84	191,00	5,2	3,70	34,20
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0	13,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,61	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,32	0,22	9,88
Итого за обед			675	61,00	679,10	25,91	22,11	93,78

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 14.01.25
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес бл-да	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	10,44	137,00	2,9	5,2	19,60
	2 блюдо	ТТК 290	Рагу из птицы 80/150	175	41,14	329,00	21,2	19,50	17,10
	сладкое	1010*	Напиток яблочный	200	5,91	106,00	0,12	0,21	25,20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,51	82,20	3,21	1,40	13,10
итого за обед				665	61,00	654,20	27,43	26,31	75,00

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 15.01.2025

для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	82 Борщ с картофелем и капустой	200	8,15	110,00	1,7	4,9	14,80
	2блюдо	294 Котлеты из птицы 60/40	100	38,47	198,00	13,8	10,60	12,60
	гарнир	173 Каша пшеничная рассыпчатая	100	9,39	192,00	6,9	4,9	30,00
	сладкое	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	32	2,78	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед			647	61,00	638,70	25,99	21,80	84,20

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 16.01.2025

для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	7,53	162,00	5,30	5,20	23,50
	2 блюдо	234	Котлета рыбная с соусом томатным	100	36,71	173,00	11,10	6,90	11,80
	гарнир	312	Пюре картофельное	100	12,93	138,00	3,13	4,50	21,20
	сладкое	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	20	1,62	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед				635	61,00	611,70	23,12	18,00	83,30

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100gr

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок)

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 17.01.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	101	Суп картофельный с крупой пшено	200	6,91	134,00	2,20	5,10	20,00
	2блюдо	ТТК293	Птица запеченая	100	33,37	198,00	13,80	10,60	12,60
	гарнир	302	Каша рассыпчатая гречневая	100	11,51	191,00	5,50	3,80	33,80
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,76	117,00	0,50	0,00	28,90
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	39	3,45	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед				639	61,00	722,20	25,21	20,9	108,4

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 09.01.2025
для детей участников СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК210	Омлет натуральный с горошком консервированным	150	60,67	302,00	15,80	20,10	2,13
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	8,58	66,20	0,10	7,25	1
Итого за завтрак				535	88,66	568,00	20,01	29,27	41,37

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожникова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 10.01.2025

для детей участников СВО

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	ТТК 293	Птица тушеная в соусе с овощами	150	51,13	354,00	24,00	18,00	24,00
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,94	46,40	1,32	0,22	9,88
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
итого за завтрак		70	Огурец соленый	60	13,65	8,10	0,66	0,06	1,34
				622	88,66	609,30	30,15	20,20	73,66

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 13.01.2025
для детей участников СВО

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Питательные вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173 Каша вязкая молочная из риса	220	39,05	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		14 Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		15 Сыр российский порционно	11	13,59	36,20	2,30	2,90	0,00
Итого за завтрак			616	88,66	630,20	9,61	22,27	91,28

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12



Пономарева А.С.

Меню на 14.01.25
для детей участников СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,11	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	13,14	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				535	88,66	572,4	14,71	13,85	93,88

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"
Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12
Пономарева А.С.

Меню на 15.01.2025
для детей участников СВО

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	204 Макароны отварные с сыром	150	36,49	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор. напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		14 Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
		70 Огурец соленый	60	14,62	8,1	0,66	0,06	1,34
итого за завтрак			602	88,66	520,10	14,73	21,13	64,62

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Г.Н.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 16.01.2025

для детей участников СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291 Плов из птицы	150	46,82	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	338	Фрукты свежие (яблоко)	156	17,52	61,10	0,52	0,52	11,44
	70	Овощи солёные (огурец)	60	17,94	8,10	0,55	0,06	1,34
Итого за завтрак			618	88,66	534,90	20,12	19,78	65,78

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100gr

*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напитков (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок)

Зав. производством Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.