



Меню на 20.01.2025

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183 Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	41,46	302,00	13,00	8,30	76,10
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
	15	Сыр "Российский" порционно	13	15,80	56,47	2,99	3,77	0,00
Итого за завтрак			608	76,72	558,27	20,10	13,99	114,34

*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 21.01.2025

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	всс блода	цена	энергетич еская ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углсводь
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,53	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	136	15,29	63,92	0,54	0,54	11,96
Итого за завтрак				531	76,72	509,02	14,63	6,62	94,26

*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 22.01.2025
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 овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,93	280,00	6,2	10,90	39,20
	гор.напиток 377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		Хлеб пшеничный	136	15,28	63,92	0,54	0,54	11,96
	338	Фрукты свежие (яблоко)	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
	14	Масло сливочное крестьянское	30	3,46	69,6	1,7	0,33	14,8
итого за завтрак			648	76,72	619,42	12,19	20,42	93,1

*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 23.01.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюда	ТТК210	Омлет натуральный с горошком консервированным	150	58,84	302,00	15,80	20,10	2,13
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,98	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 24.01.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК 293	Птица тушеная в соусе с овощами	150	52,77	354,00	24,00	18,00	24,00
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	136	15,20	63,92	0,54	0,54	11,96
			Хлеб ржано-пшеничный	20	2,31	46,40	1,32	0,22	9,88
итого за завтрак				558	76,72	604,02	29,51	20,16	72,84

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 20.01.25г
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетиче- ская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	200	8,51	110	1,7	4,9	14,8
	2 блюдо	ТТК294	Биточки из птицы 60/40	100	39,99	182	11,7	9,8	11,5
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	100	9,11	238	4,37	4,15	38,9
	сладкое	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,21	82,2	3,21	1,4	13,1
Итого за обед				645	61,00	668,70	21,36	20,25	92,00

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 21.01.2024

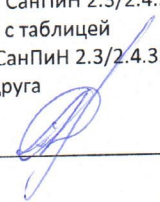
для учащихся льготных категорий

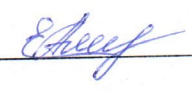
прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
Обед	1блюда	102 Суп картофельный с горохом	200	7,62	162,00	5,25	5,27	23,30
	2блюда	234 Котлета рыбная с соусом томатным 60/40	100	32,13	186,00	11,1	6,90	11,80
	гарнир	312 Пюре картофельное	100	14,50	138,00	3,13	4,50	21,20
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый	Хлеб пшеничный	25	2,26	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб ржаной	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,31	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед			660	61,00	671,1	24,19	18,29	92,98

*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"



Марьсва Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12



Пономарова А.С.

Меню на 22.01.2025г
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 рисовой	250	10,35	134,00	2,20	5,10	20,00
	2блюдо	ТТК 290	Рагу из птицы 50/125	175	37,49	329,00	21,20	19,50	17,10
	сладкое	342	Компот из свежих яблок	200	7,66	113,00	0,18	0,16	27,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	24	2,78	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед				679	61,00	704,60	27,91	26,38	87,78

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
Пономарев

Пономарева А.С.

Меню на 23.01.2025

для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая 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	32,65	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	5,88	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 производиться в соответствии с таблицей

*Согласно приложения №1 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напитков (компот,чай,какао.кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Меню н 24.01.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	всс блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	96	Рассольник по-Петербургски	200	8,07	134,00	2,00	5,11	20,00
	2блюдо	ТТК294	Котлета рубленая из птицы	100	39,99	198,00	13,08	10,60	12,60
	сладкое	309	Макароны отварные	100	8,67	191,00	5,50	3,80	33,80
	напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	23	2,09	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед				638	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 20.01.2025

для детей участников СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183 Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	41,46	302,00	13,00	8,30	76,10
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,72	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	10	11,13	36,20	2,30	2,90	0,00
Итого за завтрак			615	88,66	604,20	19,51	20,37	114,48

*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 21.01.2025

для детей участников СВО

присм пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блода	цена	энергетич еская ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,53	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	135	15,29	63,92	0,54	0,54	11,96
		14	Масло сливочное крестьянское	7	11,94	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				538	88,66	575,22	14,73	13,87	94,40

*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 22.01.2025

для детей участников СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173 Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,93	280,00	6,2	10,90	39,20
	гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338 Фрукты свежие (яблоко)	136	15,28	63,92	0,54	0,54	11,96
		14 Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
		15 Сыр "Российский" порционно	13	15,40	47,06	2,99	3,77	0
Итого за завтрак			631	88,66	596,88	13,48	23,86	78,3

*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.