

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 18.03.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	30,21	325	9,1	12	45
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное порционное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
Итого за завтрак		15	Сыр "Российский" (порциями)	16	16,77	57,92	3,68	4,64	0
				621	76,72	648,92	16,99	25,81	83,38

* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напитков (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И. 2017г

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 19.03.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор. блюдо	ТТК 223	Запеканка из творога с соусом яблочным 120/30	150	40,78	246	20,9	8,9	20,6
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,76	57,8	0,44	0	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,4	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	154	18,95	72,38	0,6	0,6	13,55
		14	Масло сливочное порционное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
итого				586	76,72	570,98	26,37	18,37	71,27

* 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 20.03.2024

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углсводы
Завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	220	25,52	331	8,2	12,2	47
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	136	16,71	63,92	0,54	0,54	11,96
		14	Масло сливочное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порц.)	20	20,77	72,4	4,6	5,8	0
итого				631	76,72	672,22	17,03	27,19	85,9

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 21.03.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор. блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	32,68	236	9,79	10,9	24,7
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	16,42	142	3,3	2,6	26,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	31	2,51	84,94	3,31	1,4	13,5
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
итого				521	76,72	590,24	17,02	22,67	76,18

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

**Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред. Здобного А.И. 2017г

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 22.03.2024

для учащихся 1-4 классов

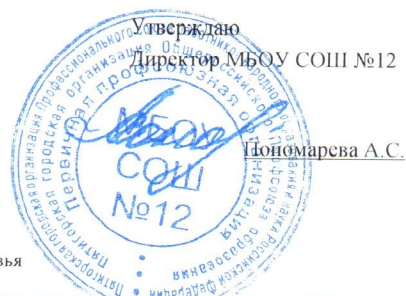
прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор. блюдо	ТТК 291	Птица запеченная с гарниром "Рис отварной"	180	47,43	354	24	18,00	24,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,95	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
Итого				565	76,72	620	28,21	27,17	62,38

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

**Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред. Здобного А.И. 2017г

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 18.03.2024

для детей с ограниченными возможностями здоровья

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Огурец соленый	37	8,77	8,1	0,55	0,06	1,34
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	6,31	162	5,25	5,27	23,3
	2 блюдо	ГТК291	Плов из птицы	150	39,55	326	15,4	17,8	26
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,4	1,12	0,22	9,88
	напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,5	0,38	0	13,7
Итого за обед				702,00	61,00	681,20	25,91	24,75	87,32

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 19.03.2024

для детей с ограниченными возможностями здоровья

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	6,49	137	2,95	5,2	19,6
	2 блюдо	234	Котлета рыбная с томатным соусом 70/30	100	36,45	189	8,32	13,6	7,6
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	13,89	150	3,14	5,89	21,2
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,94	82,2	3,21	1,4	13,1
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,5	0,38	0	13,7
итого за обед				745	61,00	614,7	18	26,09	75,2

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 20.03.2024

для детей с ограниченными возможностями здоровья

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Огурец соленый	46	10,77	8,1	0,55	0,06	1,34
	1блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	8,29	110	1,69	10,98	19,76
	2блюдо	ТТК 289	Рагу из птицы 50/125	175	32,00	272	22,30	12,30	18,10
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,4	1,12	0,22	9,88
	сл. блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,8	117	0,45	0	28,9
				721,00	61,00	635,70	29,32	24,96	91,08

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.Н.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 21.03.2024
для детей с ограниченными возможностями здоровья

прием пищи		№ реп.	Наименование блюда	всс блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	6,56	103	1,2	2,75	17,1
	2 блюдо	289	Тефтели с томатным соусом 60/50	110	39,62	168	8,64	10	10,7
	гарнир	309	Макароны отварные	150	8,98	191	5,2	3,7	34,2
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,87	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,4	1,12	0,22	9,88
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,5	0,38	0	13,7
Итого за обед				775	61,00	647,1	19,75	18,07	98,68

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 22.03.2024

для детей с ограниченными возможностями здоровья

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	7,45	134,00	2,00	5,10	20,00
	2 блюдо	294	Котлета рубленая из птицы с соусом 70/30	100	35,20	176,00	11,70	9,20	11,70
	гарнир	309	Макароны отварные	150	8,98	198,00	5,54	4,34	34,20
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,83	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,4	1,12	0,22	9,88
	сл. блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,8	117	0,45	0	28,9
Итого за обед				750	61,00	753,60	24,02	20,26	117,78

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 18.03.2024
для детей участников СВО

присм пищи		№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетичес кая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.пронв.	14	Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
	пром.пронзв	15	Сыр "Российский" (порциями)	14	14,92	50,68	3,22	4,06	0
	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	30,21	302	13	8,3	76,1
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	1,4	13,1
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	16,02	139	3,8	3,04	24
	сл.блюда	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,1	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				604	88,66	701,18	23,85	24,57	124,78

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 19.03.2024

для детей участников СВО

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор. блюдо	ТТК 223	Запеканка из творога с молоком сгущенным 120/30	150	53,00	305	20,9	8,9	17,8
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,76	57,8	0,44	0	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	22	1,93	46,4	1,12	0,22	9,88
	сл.блюда	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	18,48	70,5	0,6	0,6	13,2
		14	Масло сливочное порционное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
Итого				584	88,66	628,1	26,37	18,37	68,12

* 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
Донотарева А.С.

Меню на 20.03.2024
для детей участников СВО

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.произв	14 Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
	пром.произв	15 Сыр "Российский" (порциями)	17	17,98	61,54	3,91	4,93	0
	гор блюдо	173 Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	220	25,52	277	8,74	3,36	52,8
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	1,4	13,1
	гор. напиток	379 Кофейный напиток	200	16,42	142	3,35	2,6	26,4
	сл.блюда	338 Фрукты свежие (яблоко)	140	17,25	65,8	0,56	0,56	12,32
итого за завтрак			617	88,66	694,74	19,87	20,1	104,76

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню на 21.03.2024

для детей участников СВО

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	пром. произв	14	Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	71	Огурец свежий	37	12,45	6,6	0,42	0,06	1,14
	гор. блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	32,68	236	9,79	10,9	24,7
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	1,4	13,1
	сл.блюда	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,1	0,52	0,52	11,44
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	16,02	139	3,8	3,04	24
Итого за завтрак				557	88,66	591,1	17,84	23,17	74,52

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 22.03.2024

для детей участников СВО

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.произв	14	Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,09	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	70	Огурец соленый	50	11,49	8,1	0,55	0,06	1,34
	гор.блюдо	ТТК291	Птица запеченная с гарниром "Рис отварной"	180	47,43	354,00	24,00	18,00	24,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,1	0,52	0,52	11,44
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,5	0,38	0	13,7
Итого за завтрак				615	88,66	628,10	28,76	27,23	63,72

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.