



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 08.04.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ респ	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор.блюдо	183	Капша 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 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 09.04.2024
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	40,7	246	20,9	8,9	20,6
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,58	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	30	2,61	69,6	1,68	0,33	14,82
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	18,34	70,5	0,6	0,6	13,2
		14	Масло сливочное порционное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
итого				592	76,72	592,3	26,93	18,48	75,86

* 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 10.04.2024

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 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)	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
		15	Сыр "Российский" (порц.)	21	21,46	76,02	4,83	6,09	0
Итого				626	76,72	673,02	17,24	27,46	85,38

* Согласно приложения №7 к СанПиН 12.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 11.04.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рсц	Наименование блюда	вс 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 напитков (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

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

Зав. производством _____ Порожникова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 12.04.2024
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"	150	42,42	354	24	18	24,00
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,58	57,8	0,44	0	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	155	19,23	72,85	0,62	0,62	13,64
		14	Масло сливочное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
	итого			567	76,72	633,05	28,37	27,27	64,88

* Согласно приложения №7 к СанПиН 12.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

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

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 08.04.2024
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Огурец соленый	34	8,22	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	ТТК291	Плов из птицы	150	40,1	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				699,00	61,00	681,20	25,91	24,75	87,32

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 09.04.2024
для учащихся льготных категорий

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.



Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 10.04.2024

для учащихся льготных категорий

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 11.04.2024
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ респ.	Наименование блюда	вес 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	39.61	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	1.88	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 12.04.2024
для учащихся льготных категорий

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	33.38	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	2.40	82.2	3.21	1.4	13.1
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	28	2.45	64.96	1.57	0.31	13.83
	сл. блюдо	1010*	Напиток яблочный	200	6.34	106	0.12	0.21	25.2
Итого за обед				758	61,00	761,16	24,14	20,56	118,03

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Е.Н.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 08.04.2024
для детей участников СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.прояв.	14 Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
	пром.прояв	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.блюдо	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.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 09.04.2024
для детей участников СВО

прием пищи		№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор. блюдо	ТТК 223	Запеканка из творога с молоком сгущенным 120/30	150	52,92	305	20,9	8,9	17,8
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,58	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	27	2,33	46,4	1,12	0,22	9,88
	сл. блюда	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	18,34	70,5	0,6	0,6	13,2
		14	Масло сливочное порционное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
Итого				589	88,66	628,1	26,37	18,37	68,12

* Согласно приложения №7 к СанПиН 12.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 10.04.2024
для детей участников СВО

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетиче ская	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	Капа 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.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 11.04.2024

для детей участников СВО

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
завтрак	пром. произв	14	Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,09	66,2	белки	жиры	углеводы
	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.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 12.04.2024
для детей участников СВО

прием пищи		№ реч	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
завтрак	пром.произв	14	Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,09	66,20	белки	жиры	углеводы
	закуска	70	Огурец соленый	60	13,65	8,1	0,10	7,25	0,14
	гор.блюдо	ТТК291	Птица запеченная с гарниром "Рис отварной"				0,55	0,06	1,34
	хлеб		Хлеб пшеничный	150	42,42	354,00	24,00	18,00	24,00
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	142	17,52	66,74	0,57	0,57	12,5
Итого за завтрак				222	3,58	57,8	0,44	0	14
				614	88,66	635,04	28,87	27,28	65,08

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.