

Утверждаю

Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 23.12.2024

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173 Каша вязкая молочная из риса	220	39,83	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,14	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	18	22,62	65,16	4,14	4,06	0,00
		14 Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак			630	99,50	660,16	11,51	23,43	91,48

*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.



Меню на 24.12.2024
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	56,25	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,14	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	19	22,81	68,78	4,37	5,51	0,00
Итого за завтрак				551	99,50	575,98	19,04	12,11	93,94

*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 25.12.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	210 Омлет натуральный с горошком консервированным	151	78,35	319,00	12,15	23,60	14,45
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,14	82,20	3,21	1,40	13,10
	338 Фрукты свежие (яблоко)	150	16,80	70,5	0,6	0,6	13,2	
итого за завтрак			546	99,50	528,20	16,40	25,60	54,65

*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 26.12.2024

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291 Плов из птицы	150	44,51	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	30 Хлеб пшеничный	30	2,14	82,20	3,21	1,40	13,10
		130 Хлеб пшеничный	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		338 Фрукты свежие (яблоко)	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		14 Масло сливочное крестьянское	60	17,94	8,10	0,55	0,06	1,34
Итого за завтрак			602	99,50	601,10	20,22	27,03	65,92

*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 27.12.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173 Каша вязкая молочная из крупы (манная)	220	44,73	281,00	7,80	2,40	57,90
	гор.напиток	382 Какао с молоком	200	19,65	139,00	3,76	3,20	26,40
	хлеб белый	Хлеб пшеничный	30	2,14	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	15	18,42	54,30	3,45	4,35	0
Итого за завтрак			595	99,50	617,60	18,74	11,87	108,84

*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.Н.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 28.12.2024г
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетиче- ская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	183 Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	42,43	302,0	13,0	8,3	76,1
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,14	82,2	3,21	1,4	13,1
	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
	15	Сыр "Российский" (порциями)	18	21,55	65,16	4,14	5,22	0
	14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
Итого за завтрак			623	99,50	633,16	21,35	22,69	114,48

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 23.12.2024

для учащихся льготных категорий

присм пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
1блюдо	88	Щи из свежей капусты и картофеля	250	10,38	105,00	2	6,19	10,30
2блюдо	ТТК294	Котлеты из птицы 70/30	100	34,37	168,00	8,64	10,00	10,70
гарнир	309	Макароны отварные	150	11,4	191,00	5,2	3,70	34,20
гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,5	0,38	0	13,70
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед			745	61,00	602,70	19,43	21,29	82

*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 24.12.2024
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	250	10,40	137,00	2,9	5,2	19,60
	2блюдо	ТТК 290	Рагу из птицы 50/125	175	40,40	329,00	21,2	19,50	17,10
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,6	117,00	0,45	0,00	28,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,12	0,22	9,88
итого за обед				675,00	61,00	711,60	28,88	26,32	88,58

*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
*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 25.12.2024

для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рецеп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	82 Борщ с картофелем и капустой	250	10,62	110,00	1,7	4,9	14,80
	2блюдо	ТТК294 Биточки из птицы 60/40	100	34,37	198,00	13,08	10,60	12,60
	гарнир	173 Каша пшеничная рассыпчатая	150	9,20	192,00	6,9	4,9	30,00
	сладкое	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0	13,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	109,60	4,28	1,80	17,40
	хлеб черн	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,32	0,22	9,88
Итого за обед			765,00	61,00	712,50	27,66	22,42	98,38

*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 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 26.12.2024

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	250	9,40	162,00	5,30	5,20	23,50
	2 блюдо	234 Котлета рыбная	100	33,83	171,00	11,70	9,80	11,50
	гарнир	312 Пюре картофельное	150	12,92	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	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед			745	61,00	609,70	23,72	20,90	83,00

*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)

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 27.12.2024
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рсц.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	101 Суп картофельный с крупой рисовой	250	10,34	134,00	2,20	5,10	20,00
	2блюдо	289 Котлета рубленая из птицы	100	34,37	182,00	11,70	9,80	11,50
	гарнир	309 Макароны отварные	150	11,44	191,00	5,20	3,70	34,20
	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
Итого за обед			745	61,00	645,70	22,69	20	92,5

*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 28.12.2024г
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	82 Борщ с картофелем и капустой	250	10,62	110,00	1,7	4,9	14,80
	2 блюдо	ТТК291 Плов из птицы 50/100	150	39,84	326,00	15,40	17,80	26,00
	хлеб белый	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,12	0,22	9,88
	напиток	1010* Напиток яблочный	200	5,94	106,00	0,12	0,21	25,20
Итого за обед			650	61,00	670,60	21,55	24,53	88,98

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 23.12.2024

для детей участников СВО

прием пищи	№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173 Каша вязкая молочная из риса	220	39,83	328,00	3,10	10,20	52,90
	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)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		15 Сыр российский порционно	10	11,28	36,2	2,3	2,9	0,00
		14 Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак			622	88,66	631,20	9,67	22,27	91,48

*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.

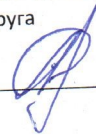
Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

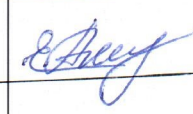
Пономарева А.С.

Меню на 24.12.2024
для детей участников СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюда	ГТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,25	306,40	10,50	4,68	55,50
	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)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр российский порционно	10	11,47	36,20	2,30	2,90	0,00
Итого за завтрак				542	88,66	543,4	16,97	9,5	93,94

*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 25.12.2024
для детей участников СВО

прием пищи	№ рецеп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Питательные вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо 210	Омлет натуральный с горошком консервированным	151	69,25	319,00	12,15	23,60	14,45
	гор.напиток 376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	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
итого за завтрак			526	88,66	518,80	16,32	25,52	52,89

*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

Пономарева А.С.

Меню на 26.12.2024

для детей участников СВО

прием пищи		№ рпц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	48,25	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)	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
			Хлеб ржано-пшеничный	29	2,86	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за завтрак				571	88,66	639,40	20,79	27,19	74,46

*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 27.12.2024
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 крупы (манная)	220	44,73	281,00	7,80	2,40	57,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб белый		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
		15	Сыр российский	20	24,52	72,40	4,60	5,8	0
Итого за завтрак				615	88,66	553,20	16,57	10,12	96,34

*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.



Меню на 28.12.2024г
для детей участников СВО

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетиче ская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	42,43	302	13	8,3	76,1
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порциями)	10	10,21	36,2	2,3	2,9	0
Итого за завтрак				615	88,66	604,20	19,51	20,37	114,48

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.