

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 10.03.2025

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	39,13	328,00	3,10	10,20	52,90
	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)	144	16,08	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				619	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.



Меню на 11.03.2025

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,29	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)	140	15,53	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				535	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

Иономарева А.С.

Меню на 12.03.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюд	204 Макароны отварные с сыром	150	39,04	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	4,36	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)	130	13,99	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			542	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.



Меню на 13.03.2025

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 пшеницы	150	42,91	326,00	15,40	17,80	26,00
	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
		70	Овощи солёные (огурец)	60	14,35	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 14.03.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества		
завтрак	гор.блюдо	173	Капша вязкая молочная из крупы (манная)	200	40,65	263,00	белки	жиры	углеводы
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	38,60
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,70
		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
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"



Марьсва Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12



Пономарева А.С.

Меню на 10.03.2025

для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	88	Суп крестьянский из пшеничной крупы	200	7,55	105,00	2	6,19	10,30
	2 блюдо	294	Котлеты из птицы 60/40	100	33,40	198,00	13,8	10,60	12,60
	гарнир	309	Макароны отварные	150	13,1	191,00	5,2	3,70	34,20
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,32	0,22	9,88
Итого за обед				715	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.Н.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12



Понюмарева А.С.

Меню на 11.03.2025

для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	10,76	137,00	2,9	5,2	19,60
	2 блюдо	ТТК 290	Рагу из птицы	175	36,19	334,00	21,2	19,50	17,10
	сладкое	388	Напиток из шиповника	200	8,66	106,00	0,12	0,21	25,20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	26	2,67	46,40	1,32	0,22	9,88
итого за обед				681	61,00	705,60	28,75	26,53	84,88

*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.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12


Пономарева А.С.

Меню на 12.03.2025

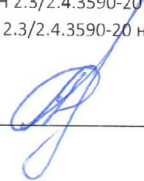
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	200	9,13	110,00	1,7	4,9	14,80
	2блюдо	294	Котлеты из птицы 60/40	100	33,4	198,00	13,8	10,60	12,60
	гарнир	173	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,66	192,00	6,9	4,9	30,00
	сладкое	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,63	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед				695	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 13.03.2025

для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	7,82	162,00	5,30	5,20	23,50
	2 блюдо	234	Котлета рыбная с соусом томатным	100	36,90	173,00	11,10	6,90	11,80
	гарнир	312	Пюре картофельное	100	12,5	138,00	3,13	4,50	21,20
	сладкое	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,60	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед				645	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 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.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 14.03.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
обед	1блюдо	101	Суп картофельный с крупой пшено	200	8,62	134,00	2,20	5,10	20,00
	2блюдо	ТТК293	Птица запеченая	100	36,55	198,00	13,80	10,60	12,60
	гарнир	302	Каша рассыпчатая гречневая	100	11,21	191,00	5,50	3,80	33,80
	сладкое	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,44	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед				645	61,00	661,70	25,09	20,9	93,2

*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



Поломарева А.С.

Меню на 10.03.2025

для детей участников СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	всё блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	88 Суп крестьянский из пшеничной крупы	250	9,44	105,00	2	6,19	10,30
	2 блюдо	279 Тефтели из говядины 50/60	110	47,19	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	309 Макароны отварные	150	13,1	191,00	5,2	3,70	34,20
	сладкое	342 Компот из яблок свежих и вишни	200	14,16	113,00	0,18	0,16	27,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,32	0,22	9,88
Итого за обед			760	88,66	705,60	20,55	21,67	105,88

*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 напитков (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожиякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 11.03.2025

для детей участников СВО

прием пищи		№ рсца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая плотность	Пищевые вещества			
							белки	жиры	углеводы	
Обед	закуска	70	Огурец соленый	45	13,89	8,1	0,66	0,06	1,34	
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	10,76	137,00	2,9	5,2	19,60	
	2 блюдо	ТТК 290	Рагу из птицы 80/150	230	53,36	329,00	21,2	19,50	17,10	
	сладкое	1010*	Напиток яблочный	200	5,88	106,00	0,12	0,21	25,20	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10	
хлеб черн.			Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,12	0,22	9,88	
Итого за обед				775	88,66	708,70	29,21	26,59	86,22	

*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.Д.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12



Подоляева А.С.

Меню на 12.03.2025
для детей участников СВО

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71 Овощи свежие (огурец)	35	12,34	6,6	0,42	0,06	1,14
	1блюдо	82 Борщ с картофелем и капустой	250	11,41	110,00	1,7	4,9	14,80
	2блюдо	294 Котлеты из птицы	100	40,91	198,00	13,8	10,60	12,60
	гарнир	173 Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,66	192,00	6,9	4,9	30,00
	сладкое	349 Компот из сухофруктов	200	5,57	117,00	0,5	0	28,90
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед			785	88,66	752,20	27,65	22,08	110,42

*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.П.

Директор МБОУ СОШ №12

Циономарева А.С.

Меню на 13.03.2025

для детей участников СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70 Огурец соленный	30	9.31	8.10	0.66	0.06	1.34
	1 блюдо	102 Суп картофельный с горохом	250	9.78	162.00	5.30	5.20	23.50
	2 блюдо	234 Котлета рыбная с соусом томатным	100	36.90	173.00	11.10	6.90	11.80
	гарнир	312 Пюре картофельное	150	22.02	138.00	3.13	4.50	21.20
	сладкое	1010* Напиток яблочный	200	5.88	106.00	0.12	0.21	25.20
	хлеб белый	Хлеб пшеничный	30	2.72	82.20	3.21	1.40	13.10
	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	20	2.05	46.40	1.12	0.22	9.88
Итого за обед			780	88.66	715.70	24.64	18.49	106.02

*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) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством

Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию

Алексеева Е.А.



Меню на 14.03.2025
для детей участников СВО

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Овощи свежие (огурец)	34	11,89	6,6	0,42	0,06	1,14
	1блюдо	101	Суп картофельный с крупой пшено	250	10,78	134,00	2,20	5,10	20,00
	2блюдо	ТТК293	Птица запеченная	100	38,84	198,00	13,80	10,60	12,60
	гарнир	302	Каша рассыпчатая гречневая	150	16,81	191,00	5,50	3,80	33,80
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,57	117,00	0,50	0,00	28,90
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за обед			Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,12	0,22	9,88
				784	88,66	775,20	26,75	21,18	119,42

*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.