



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню на 11.11.2024

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из риса	220	39,15	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	18,62	139,00	3,76	3,20	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,14	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр Российский порционно	10	10,5	36,2	2,3	2,9	0,00
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	1,00
Итого за завтрак				600	99,50	712,70	12,99	25,47	104,84

*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.



Меню на 12.11.2024

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 молоком стущеным	150	64,58	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,30	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,14	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	145	13,96	68,15	0,58	0,58	12,76
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				550	99,50	579,45	14,69	13,91	95,2

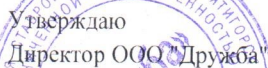
*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*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

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	210/71	Омлет натуральный со свежими овощами	171	57,96	232,40	11,36	18,60	2,2
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,26	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,14	82,20	3,20	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,1	0,52	0,52	11,4
		15	Сыр Российский порционно	20	22,66	72,4	4,6	5,8	
итого за завтрак				573	99,50	505,60	20,12	26,32	40,71

*Согласно приложения №7 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 Е.А. Алексеева Алексеева Е.А.



Меню на 14.11.2024

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 птицы	150	39,93	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,30	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,14	82,20	3,21	1,40	13,10
		338 Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,40
		14 Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		15 Сыр Российский порционно	12	13,99	43,44	2,76	3,48	0,00
		71 Овощи свежие (помидор)	60	12,14	14,40	0,66	0,10	2,28
Итого за завтрак			607	99,50	649,84	22,95	30,55	66,62

*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
пр изводиться 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 15.11.2024
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 крупы (манная)	220	43,62	281,00	7,80	2,40	57,90
	гор.напиток	382 Какао с молоком	200	18,62	139,00	3,76	3,20	26,40
	хлеб	338 Хлеб пшеничный	30	2,14	82,20	3,21	1,40	13,10
		15 Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,4
Итого за завтрак			20	22,64	72,40	4,60	5,8	0
			600	99,50	635,70	19,89	13,32	108,80

*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 11.11.2024

для учащихся льготных категорий

для учащихся льготных категорий									
прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	88	Щи из свежей капусты и картофеля	250	10,21	105,00	2	6,19	10,30
	2блюдо	ТТК294	Котлеты из птицы 70/30	100	31,72	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,92	191,00	5,2	3,70	34,20
	напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,98	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед				765	61,00	649,10	20,55	21,51	91,88

*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 12.11.2024

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	250	10,04	137,00	2,9	5,2	19,60
	2блюдо	ТК 290 Рагу из птицы 50/125	175	38,29	329,00	21,2	19,50	17,10
	сладкое	342 Компот из яблок свежих	200	6,97	113,00	0,18	0,16	27,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	31	3,06	71,92	1,73	0,34	15,31
итого за обед			686	61,00	733,12	29,22	26,6	92,81

*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 _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 13.11.2024
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1блюда	82 Борщ с картофелем и капустой	250	10,47	110,00	1,7	4,9	14,80
	2блюда	ТТК294 Биточки из птицы с соусом 70/30	100	31,72	198,00	13,08	10,60	12,60
	гарнир	173 Каша пшеничная рассыпчатая	150	12,00	192,00	6,9	4,9	30,00
	напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0	13,70
	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			765	61,00	685,10	26,39	22,02	94,08

*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 14.11.2024

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	9,15	162,00	5,30	5,20	23,50
	2 блюдо	234	Котлета рыбная с соусом 70/30	100	38,49	171,00	11,70	9,80	11,50
	гарнир	304	Рис припущенный	150	8,51	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	662,7	25,79	20,1	96

*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 15.11.2024
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1б.лодо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	250	9,98	134,00	2,20	5,10	20,00
	2б.лодо	289	Котлета рубленая из птицы с соусом 70/30	100	31,72	182,00	11,70	9,80	11,50
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,92	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	2,21	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				765	61,00	692,1	23,81	20,22	102,38

*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

*Согласно приложения №7 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 на 11.11.2024
для детей участников СВО

прием пищи	№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173 Каша вязкая молочная из крупы (рис)	220	39,15	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	382 Какао с молоком	200	18,62	139,00	3,76	3,20	26,40
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338 Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,44
		15 Сыр Российский	14	15,77	50,68	3,22	4,06	0,00
Итого за завтрак			594	88,66	660,98	13,81	19,38	103,84

*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.



Меню на 12.11.2024

для детей участников СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с молоком сгущенным 130/20	150	64,58	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,26	57,50	0,44	0,00	14,40
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
			Хлеб ржано-пшеничный	28	2,78	46,40	1,12	0,22	9,80
		338	Фрукты свежие (яблоко)	150	14,40	70,50	0,60	0,60	13,10
Итого за завтрак				580	88,66	563,00	15,87	6,90	106,00

*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) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 13.11.2024

для детей участников СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	210 Омлет натуральный	111	49,26	218,00	10,7	18,50	2,13
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,20	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,1	0,52	0,52	11,4
		14 Масло сливочное	10	9,93	66,2	0,1	7,25	1
		71 Овощи свежие (помидор)	60	12,14	14,4	0,66	0,1	2,28
итого за завтрак			556	88,66	498,40	15,56	27,77	43,61

*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 14.11.2024
для детей участников СВО

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	291	Плов из птицы	150	39,93	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,40
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порц.)	13	14,79	47,06	2,99	3,77	0,00
Итого за завтрак				548	88,66	639,06	22,60	30,74	64,34

*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)

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 15.11.2024
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) 200/10/10	220	43,62	281,00	7,80	2,40	57,90
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	18,62	139,00	3,76	3,20	26,40
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,4
		15	Сыр "Российский" (порц.)	10	11,30	36,20	2,30	2,9	0
Итого за завтрак				590	88,66	599,50	17,59	10,42	108,80

*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.