



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

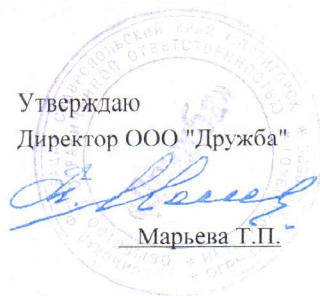
Меню на 18.11.2024г
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетиче ская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	41,61	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)	20	22,37	72,4	4,6	5,8	0
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
Итого за завтрак				625	99,50	640,4	21,81	23,27	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 19.11.2024

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюда	ТТК 225	Запеканка из творога с молоком сгущенным	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	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" (порциями)	12	13,96	43,44	2,76	3,48	0,00
Итого за завтрак				544	99,50	550,64	17,43	10,08	93,94

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

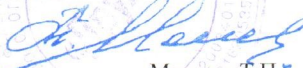
*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*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.И.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12


Пономарева А.С.

Меню на 20.11.2024г
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 овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,95	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	19,25	133,00	3,10	2,30	25,10
	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
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порциями)	10	11,99	36,20	2,30	2,90	0,00
итого за завтрак				600	99,50	658,7	15,43	25,27	88,98

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.

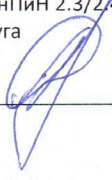
Меню на 21.11.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	40,54	303,00	10,30	13,50	35,30
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	18,98	139,00	3,80	3,04	26,40
	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
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		71	Овощи свежие (помидор)	60	6,67	14,40	0,66	0,10	2,28
Итого за завтрак				580	99,50	665,9	18,59	25,81	88,66

*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.И.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12



Пономарева А.С.

Меню на 22.11.2024г
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	ТТК 291	Птица запеченная с гарниром "Рис отварной"	150	46,97	385,00	21,30	22,40	24,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	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
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порциями)	10	11,44	36,20	2,30	2,90	0,00
		71	Огурец свежий	60	5,57	6,60	0,42	0,06	1,14
итого за завтрак				605	99,50	693,8	28,23	34,53	64,02

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 18.11.2024г
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	41,61	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	11,03	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.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 19.11.2024
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 яблочным соусом	150	52,64	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
Итого за завтрак				535	88,66	572,4	14,71	13,85	93,88

*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.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 20.11.2024г
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 овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,95	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,26	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	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		15	Сыр "Российский" (порциями)	14	15,64	50,68	3,22	4,06	0,00
				626	88,66	597,68	13,69	24,13	77,78

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 21.11.2024

для детей участников СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	40,54	303,00	10,30	13,50	35,30
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	18,98	139,00	3,80	3,04	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное	10	11,94	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				520	88,66	651,50	17,93	25,71	86,38

*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 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 22.11.2024г
для детей участников СВО

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" 50/100	150	46,97	385,00	21,30	22,40	24,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	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
		71	Огурец свежий	60	5,67	6,60	0,42	0,06	1,14
итого за завтрак				595	88,66	657,6	25,93	31,63	64,02

Зав. производством Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

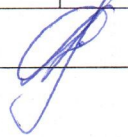

Марьева Т.И.

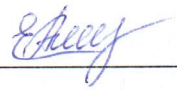
Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

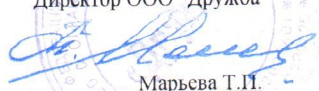

Пономарева А.С.

Меню на 18.11.2024г
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	82 Борщ с картофелем и капустой	250	10,49	110,00	1,7	4,9	14,80
	2 блюдо	ТТК291 Плов из птицы 50/100	150	39,94	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	2,02	46,40	1,12	0,22	9,88
	напиток	1010* Напиток яблочный	200	5,91	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.

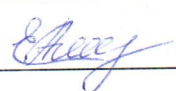
Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"

 Марьева Т.И.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №12
 Пономарева А.С.


Меню на 19.11.2024
 для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,15	162,00	5,25	5,27	23,30
	2блюдо	ТТК 234	Котлета рыбная из филе минтая с соусом томат. 70/30	100	32,81	189,00	8,32	13,60	7,60
	гарнир	173	Пюре картофельное	150	12,23	192,00	6,90	4,90	30,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,32	0,22	9,88
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
итого за обед				765	61,00	728,10	25,38	25,39	97,58

Зав. производством  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

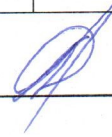

Марьева Ф.П.

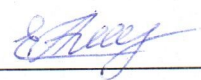
Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12


Пономарева А.С.

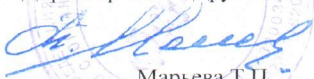
Меню 20.11.2024г
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Помидор свежий	60	11,37	6,60	0,42	0,06	1,14
	1блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	250	9,98	136,00	2,39	3,30	24,30
	2блюдо	ТТК 289	Рагу из птицы 50/125	175	32,84	367,00	22,30	23,20	17,30
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,32	0,22	9,88
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
				750	61,00	694,70	30,02	28,18	79,42

Зав. производством  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

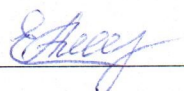

Пономарева А.С.

Меню на 21.11.2024

для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с макаронами	250	10,04	128,00	2,70	2,80	22,9
	2 блюдо	ТГК294	Тефтели из птицы с соусом	100	34,76	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,35	242,00	8,60	5,90	38,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,52	11,44	61,10
Итого за обед				745	61,00	676,70	23,67	31,54	146,50

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 22.11.2024г
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	ческая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	96	Рассольник по-Петербургски	250	9,94	134,00	2,00	5,10	20,00
	2 блюдо	294	Котлета рубленая из птицы с соусом 70/30	100	31,73	182,00	11,70	9,80	11,50
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,92	242,00	8,60	5,90	38,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,24	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,32	0,22	9,88
	напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
Итого по обеду				765	61,00	743,10	27,21	22,42	106,88

Зав. производством  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.