



Меню на 20.11.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (рис)	220	29,75	299	5,8	9	48,7
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	15,19	139	3,8	3,04	24
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	9,39	66,2	0,1	7,25	0,14
		15	Сыр Российский	16	17,06	57,92	6,44	5,6	0
Итого за завтрак				606	82,00	705,42	19,87	26,81	97,38

* 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 21.11.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
	гор.блюдо	ТТК 223	Запеканка из творога с соусом яблочным 120/30	150	40,26	300	20,9	8,9	17,8
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,5	0,38	0,00	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,39	66,2	0,1	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порциями)	19	19,56	50,96	3,25	4,13	0,00
Итого за завтрак				554	82,00	616,96	28,36	22,2	56,18

* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.

Меню на 23.11.2023

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор. блюдо	183 Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	29,44	325	9,08	12	45,1
	гор.напиток	379 Кофейный напиток	200	16,03	142	3	3	26
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,29	82,2	3,2	1,4	13,1
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,4
		14 Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	9,39	66,2	0,1	7,25	0,14
итого за завтрак		15 Сыр "Российский" (порциями)	16	16,53	57,92	6,44	5,6	()
			606	82,00	734,42	22,34	29,77	95,74

* 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 22.11.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец.	Наименованис блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводи
Завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный с помидором свежим	151	57,04	194,8	11,38	15	3,57
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,8	57,8	0,44	0	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	23	1,79	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	46,4	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,4
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	9,39	66,2	0,1	7,25	0,14
Итого за завтрак				556	82,00	508,5	16,77	24,39	52,09

* 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 24.11.2023
для учащихся 1-4 классов

присм пищи		№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	какая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор. блюдо	291	Плов из птицы	150	45,41	326	15,4	17,8	26
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,18	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,4
		14	Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,39	66,2	0,1	7,25	0,14
		15	Сыр Российский (порциями)	14	14,41	50,96	3,25	4,13	0
Итого за завтрак				534	82,00	642,96	22,86	31,1	64,34

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 20.11.2023
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетическая
						белки	жиры	углеводы	
обед	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронами изделиями	250	6,36	2,95	5,2	19,6	137
	2блюдо	279	Тсфтели из говядины с соусом томатным	110	37,56	14,4	20	14,3	299
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	10,05	8,57	5,9	38,7	242
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	20	1,57	3,21	1,4	13,1	82,2
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,4
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,8	0,44	0	14	57,8
Итого за обед				772	61,00	30,69	32,72	109,58	864,4

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 21.11.2023

для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетич еская ценность
						белки	жиры	углеводы	
обед	закуска	70	Овощи соленные (огурец)	60	13,65	0,55	0,06	1,34	8,1
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	6,33	5,25	5,27	23,3	162
	2 блюдо	ТТК 289	Рагу из птицы	175	30,39	22,3	12,3	18,1	272
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,32	3,21	1,4	13,1	82,2
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,49	1,57	0,31	13,8	64,96
3 блюдо		349	Компот из сухофруктов	200	5,82	0,1	0,05	25,6	103
итого за обед				745	61,00	32,98	19,39	95,24	692,26

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 22.11.2023
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рещ.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	Пищевые вещества			энергетич еская
						белки	жиры	углеводы	
Обед	1блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	7,53	1,69	4,91	14,8	110
	2блюдо	289	Котлета из птицы с соусом	100	37,13	14,4	20	14,3	299
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,13	5,54	4,34	34,2	198
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,75	3,21	1,4	13,1	82,2
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,4
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,8	0,44	0	14	57,8
Итого за обед				772	61,00	26,4	30,87	100,28	793,4

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 23.11.2023

для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетиче ская
					белки	жиры	углеводы	
обед	1блюда	102 Суп картофельный с крупой (пшеничной)	250	6,43	2,67	5,32	19,8	138
	2блюда	ТТК234 Котлета рыбная с соусом томатным 70/30	100	36,37	8,32	13,6	7,6	189
	гарнир	312 Пюре картофельное	150	14,00	3,14	5,89	21,2	150
	хлеб белый	Хлеб пшеничный	30	2,02	3,21	1,4	13,1	82,2
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	0,38	0	13,7	56,5
Итого за обед			745	61,00	17,72	26,21	75,4	615,7

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 24.11.2023
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетическа я ценность
						белки	жиры	углеводь	
обед	1блюдо	66	ПЦи из свежей капусты и картофеля	250	6,31	2	6,19	10,3	105
	2 блюдо	289	Биточки из птицы с соусом 70/30	100	37,13	14,4	20	14,3	299
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	10,05	6	3,9	36	203
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,05	3,96	1,73	16,16	101,38
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,4
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,8	0,44	0	14	57,8
Итого за обед				772	61,00	27,92	32,04	100,64	812,58

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 20.11.2023

для детей участников СВО

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетическая
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром. произв	14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	пром. произв	15	Сыр Российский	22	22,88	3,91	4,93	0	61,54
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (рис)	220	29,75	5,8	9	48,7	299
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,1	82,2
	гор. напиток	379	Кофейный напиток	200	16,03	3,35	2,6	26,4	142
сл. блюдо		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	0,52	0,52	11,44	61,1
Итого за завтрак				612	88,66	16,89	25,7	99,78	712,04

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 21.11.2023
для детей участников СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетическая ценность
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.произв	14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	пром.произв	15	Сыр "Российский" (порциями)	26	26,22	4,6	5,8	0,00	72,4
	гор.блюдо	ТТК 223	Запеканка из творога с соусом яблочным 120/30	150	40,26	20,9	8,9	17,8	300
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,1	82,2
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	0,52	0,52	11,44	61,1
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	0,38	0,00	13,7	56,5
Итого за завтрак				561	88,66	29,71	23,87	56,18	638,40

Зав.производства _____ 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 22.11.2023
для детей участников СВО

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	Пищевые вещества			энергетич еская
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.производ.	14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	пром. произв	15	Сыр Российский	20	20,41	3,91	4,93	0	61,54
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	111	46,07	11,1	15	2,81	190
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,18	0,38	0	13,7	56,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,1	82,2
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	0,52	0,52	11,4	61,1
Итого за завтрак				501	88,66	19,22	29,1	41,15	517,54

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 23.11.2023

для детей участников СВО

прием пищи		№ респ	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетиче ская
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.произв	14	Масло сливочное крестьянское(порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	пром.произв	15	Сыр "Российский" (порциями)	23	23,19	4,6	5,8	0	72,4
	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	29,44	9,08	12	45,1	325
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,2	1,4	13,1	82,2
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	0,52	0,52	11,4	61,1
	гор. напиток	379	Кофейный напиток	200	16,03	3,35	2,6	26,4	142
итого за завтрак				613	88,66	20,85	29,57	96,14	748,90

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 24.11.2023
для детей участников СВО

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетическая ценность
					белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.произв 14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	пром.произв 15	Сыр Российский (порциями)	20	21,07	4,6	5,8	0	72,4
	гор. блюдо 291	Плов из птицы	150	45,41	15,4	17,8	26	326
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,1	82,2
	сл.блюда 338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	0,52	0,52	11,4	61,1
	гор. напиток 376	Чай с сахаром	200	2,18	0,38	0	13,7	56,5
Итого за завтрак			540	88,66	24,21	32,77	64,34	664,40

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.