



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню на 30.09.2024г
для учащихся 1-4 классов

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	39,52	302,0	13,0	8,3	76,1
	гор.напиток	382 Какао с молоком	200	17,96	139,00	3,80	3,04	26,40
	хлеб белый	Хлеб пшеничный	30	2,02	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,1	0,52	0,52	11,44
		14 Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	15,52	66,2	0,1	7,25	0,14
		15 Сыр "Российский" (порциями)	12	12,00	43,44	2,76	3,48	0
Итого за завтрак			602	99,50	693,94	23,39	23,99	127,18

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Г.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 01.10.2024

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 сгущенным 120/30	150	63,98	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,18	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	14,40	70,50	0,60	0,60	14,70
		15	Сыр "Российский" (порциями)	15	14,42	54,30	3,45	4,35	0,00
Итого за завтрак				567	99,50	570,90	18,20	11,03	97,20

*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 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.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 02.10.2024г
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	33,82	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	18,59	133,00	3,10	2,30	25,10
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	15,52	66,20	0,10	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порциями)	15	16,57	54,30	3,45	4,35	0,00
итого за завтрак				605	99,50	676,8	16,58	26,72	88,98

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 03.10.2024
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	38,14	303,00	10,30	13,50	35,30
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	17,96	139,00	3,80	3,04	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,02	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	14,27	70,50	0,60	0,60	14,70
	закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	11,59	14,40	0,66	0,10	2,28
		14	Масло сливочное	10	15,52	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				600	99,50	675,30	18,67	25,89	91,92

*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) 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



Нономарева А.С.

Меню на 04.10.2024г
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	ТТК 291	Птица запеченная с гарниром"Рис отварной"50/100	150	44,55	385,00	21,30	22,40	24,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,13	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,44
	закуска	71	Огурец свежий	60	6,55	6,60	0,42	0,06	1,14
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	15,52	66,20	0,10	7,25	0,14
итого за завтрак		15	Сыр "Российский" (порциями)	14	15,75	50,68	3,22	4,06	0,00
				609	99,50	708,28	29,15	35,69	64,02

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 30.09.2024г
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	10,11	110,00	1,7	4,9	14,80
	2 блюдо	ТТК291	Плов из птицы 50/100	150	38,65	326,00	15,40	17,80	26,00
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,74	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	58,00	1,4	0,27	12,35
	напиток	388	Напиток из шиповника	200	8,64	112,00	0,66	0,25	26,80
Итого за обед				650	61,00	688,20	22,37	24,62	93,05

Зав. производством Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Меню на 01.10.2024
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети- ческая ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1блюда	102 Суп картофельный с горохом	250	8,30	162,00	5,25	5,27	23,30
	2блюда	ТТК 234 Котлета рыбная из филе минтая с соусом томат. 70/30	100	38,05	189,00	8,32	13,60	7,60
	гарнир	173 Каша пшеничная рассыпчатая	100	8,75	192,00	6,90	4,90	30,00
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	1,91	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	46,40	1,32	0,22	9,88
гор.напиток		376 Чай с сахаром	215	2,13	56,50	0,38	0,00	13,70
итого за обед			715	61,00	728,10	25,38	25,39	97,58

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню 02.10.2024г
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	всс блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Огурец свежий	60	6,55	6,60	0,42	0,06	1,14
	1блюдо	101	Суп картофельный с крупной рисовой	250	8,94	136,00	2,39	3,30	24,30
	2блюдо	ТТК 289	Рагу из птицы (бедро ЦБ) 50/125	175	35,40	367,00	22,30	23,20	17,30
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	21	1,93	46,40	1,32	0,22	9,88
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,66	117,00	0,045	0,00	28,90
				736	61,00	755,20	29,69	28,18	94,62

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 03.10.2024
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ реч.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с макаронами	250	8,96	128,00	2,70	2,80	22,9
	2 блюдо	ТТК294	Тефтели из птицы с соусом томатным 70/30	100	36,67	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	100	10,84	242,00	8,60	5,90	38,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,13	56,50	0,52	11,44	61,10
Итого за обед				695	61,00	676,70	23,67	31,54	146,50

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 04.10.2024г
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	9,52	134,00	2,00	5,10	20,00
	2 блюдо	294	Котлета рубленая из птицы с соусом 70/30	100	30,50	182,00	11,70	9,80	11,50
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,19	242,00	8,60	5,90	38,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	22	2,09	51,04	1,45	0,24	10,86
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,18	57,50	0,44	0,00	13,90
Итого по обеду				774	61,00	748,74	27,40	22,44	108,06

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 30.09.2024г

для детей участников СВО

прием пищи	№ респ	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетиче ская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо 183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	39,52	302	13	8,3	76,1
	гор.напиток 376	Чай с сахаром	215	2,13	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый	Хлеб пшеничный	30	2,52	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты 338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,1	0,52	0,52	11,44
	14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	15,52	66,2	0,1	7,25	0,14
	15	Сыр "Российский" (порциями)	15	16,49	54,3	3,45	4,35	0
Итого за завтрак			620	88,66	622,30	20,66	21,82	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 01.10.2024

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 120/30	150	63,98	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,18	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79	69,60	1,7	0,33	14,80
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	158	15,19	70,50	0,60	0,60	14,70
Итого за завтрак				590	88,66	586,20	16,45	7,01	112,00

*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 02.10.2024г
для детей участников СВО

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	33,82	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,18	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	14,40	70,50	0,60	0,60	14,70
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	15,52	66,20	0,10	7,25	0,14
итого за завтрак		15	Сыр "Российский" (порциями)	16	18,22	57,92	3,68	4,64	0,00
				648	88,66	614,32	14,23	24,79	81,04

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню на 03.10.2024
для детей участников СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюд	204	Макароны отварные с сыром	150	38,14	303,00	10,30	13,50	35,30
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	17,96	139,00	3,80	3,04	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	22	2,04	46,40	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное	10	15,52	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				542	88,66	697,90	19,05	25,93	96,26

*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 04.10.2024г
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	44,55	385,00	21,30	22,40	24,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,13	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	15,52	66,20	0,10	7,25	0,14
итого за завтрак		15	Сыр "Российский" (порциями)	10	11,46	36,20	2,30	2,90	0,00
				545	88,66	687,2	27,81	34,47	62,88

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.