



Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 06.12.2021

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход. г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2			Биойогурт "Мэджак"	200	28,60	78,00	2,50	2,80	11,00
		338	Банан свежий	220	36,40	211,20	3,30	1,10	46,20
			Итого	420	65,00	289,20	5,80	3,90	57,20

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию 



Меню на 06.12.2021
5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с горохом	250	8,49	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	268	Тефтели из говядины	110	34,8	227	11,1	15	13
	гарнир	309	Макароны отварные	100	4,94	190,9	5,18	3,7	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0,16	70,5	1,36	0,3	8
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,61	57,5	0,44	0,00	13,98
	итого			680	50,00	746,9	26,33	26,27	95,5

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

Зав.производства *Л.Д. Порожнякова* Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию *Е.А. Алексеева* Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.


Меню на 06.12.2021
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	19	16,71	72,4	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса	220	22,9	240	6,72	2,59	48,5
	гор. напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	13,65	133,4	3,1	2,31	25,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	2,28	0,24	14,7
	итого				479	63,61	582,5	16,8	18,19

* 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

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 08.12.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2			Хачапури с сыром	100	19,28	419,00	15,40	17,90	47,90
			Молоко "Мэджик"	200	24,83	4,00	2,00	2,00	2,00
		338	Фрукты свежие (груша)	110	20,89	70,50	0,60	0,60	14,70
			Итого	410	65,00	493,50	18,00	20,50	64,60

Зав.производства _____  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____





Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 09.12.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2		338	Фрукты свежие (груша)	145	27,94	70,50	0,60	0,60	14,70
		338	Мандарин 2/85гр	170	19,58	54,72	1,15	0,30	10,80
			Вафли глазированные в инд.уп.2/20	40	17,48	248	2,25	12,6	27,9
				355	65,00	373,22	4,00	13,50	53,40

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____



Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 10.12.2021г

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак			Сок фруктовый (персик)	200	15,60	96	0	0	24
			Пицца с курицей	100	49,40	311	13,9	18	24,5
	итого				65,00	407,00	13,90	18,00	48,50

Зав.производства(буфетчик) _____ 

Ответственный по питанию _____ 



Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 07.12.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2			Сок фруктовый	200	16,74	96,00	0,00	0,00	24,00
			Фрукты свежие (яблоко)	160	16,64	70,50	0,60	0,60	14,70
			Фрукты свежие (груша)	165	31,62	89,49	0,63	0,16	19,00
			Итого	525	65,00	255,99	1,23	0,76	57,70

Зав.производства _____  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ 



Меню на 08.12.2021
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№респ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	уг.воды
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	27	17,43	90,5	5,75	5	0
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	34,22	188	12,7	15,20	2,13
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,61	56	0,32	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,8	2,28	0,24	14,7
	итого				378	63,61	471,50	21,15	27,69

* 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

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



**Меню на 09.12.2021
для учащихся 1-4 классов**

прием пищи	раздел	№рпц.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	17	15,75	61,54	3,91	3,4	0
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная пшеница с сахаром	220	22,38	277	8,74	3,36	52,8
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,61	56	0,32	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	2,28	0,2	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	13,52	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			607	63,61	592,34	15,87	14,73	92,78

- * 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

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 10.12.2021
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	15	14,04	54,3	3,45	4,35	0
	гор. блюдо	384	Каша вязкая манная молочная с сахаром	220	22,37	281	7,81	2,44	57,9
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	207	3,33	56	0,32	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	2,28	0,2	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	13,52	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			612	63,61	589,10	14,48	14,76	97,88

* 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

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 08.12.2021

5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец солёный	20	3,52	3,6	0,16	0,04	0,64
обед	1 блюдо	84	Борщ с капустой и картофелем	250	8,51	110	1,69	4,91	14,8
	2блюдо	291	Плов из птицы	200	28,51	503	23,3	27,4	40,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,8	0,6	0,6	14,7
	гор. напиток	348	Компот из изюма	200	7,61	56	0,37	0	13,7
итого				680	50,00	743,4	26,12	32,95	84,54

* 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

Зав.производства  Порожвякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 09.12.2021
5-11 класс

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	7,79	126	5,28	4,7	15,5
	2б.людо	279	Тефтели из говядины	110	34,8	194	8,5	13,6	9,41
	гарнир	202/309	Макароны отварные	100	4,94	242	8,57	5,9	38,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	14	0,86	70,5	0,6	0,6	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,61	102	0,12	0,1	25,2
	итого				674	50,00	734,50	23,07	24,90

* 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

Зав.производства  Порожنيкова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 10.12.2021
 5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
		71	Огурец соленый	15	3,30	3,60	0,16	0,04	0,64
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с рисом	250	7,83	204,8	6,15	11,17	19,9
	2блюдо	288	Цыплята отварные	100	25,23	227	11,1	15	1,3
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	10,18	138	3,13	4,5	21,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	0,6	0,6	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,61	102	0,12	0,1	25,3
	итого			730	50,00	745,90	21,26	31,41	83,04

- * Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр
- * Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.