

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12


Пономарева А.С.

Меню на 18.04.2022

для учащихся 1-4 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углевод
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	75	0,1	7,25	0,1
	закуска	15	Сыр Российский	25	23,85	72,4	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	25,06	294	8,24	10,3	56,1
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,31	56	0,37	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,3	8
	итого			520	63,61	608,4	16,95	23,89	92,6

* 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

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

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена мяса говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 19.04.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,2	0,1	7,25	0,1
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из филе минтая с соусом 70/30	100	32,2	137	11,9	5,28	10,50
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,13	138	3,13	4,50	21,20
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,31	57,6	0,44	0	13,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	32	2,33	70,8	2,28	0,24	14,7
	итого			507	63,61	469,60	17,85	17,27	60,40

* 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

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

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 18.04.2022
5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с горохом	200	7,35	162	5,25	5,27	23,5
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	100	32,67	227	11,1	15	13
	гарнир	309	Макароны отварные	100	5,92	190,89	5,18	3,7	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	24	1,75	70,8	2,28	0,24	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,31	56	0,37	0,00	13,70
	итого			639	50,00	706,69	24,18	24,21	99,12

* 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

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

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 19.04.2022
 5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,44	91	3	4,2	10,2
обед	2блюдо	234/330	Птица тушенная в соусе 50/50	100	28,39	205	13,1	15,9	3,36
	гарнир	304	Рис отварной	100	8,75	208	3,7	4,2	39,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	29	2,11	70,8	2,28	0,24	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,31	56	0,32	0	13,7
	итого			644	50,00	630,80	22,40	24,54	81,76

* 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.