



**Меню на 21.11.2022**  
 для учащихся 1-4 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	<b>24,8</b>	294	8,24	10,3	56,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	<b>1,58</b>	40,2	1,36	0,3	8
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	<b>8,83</b>	66,20	0,10	7,25	0,10
	пром. пр-во	15	Сыр Российский	24	<b>22,55</b>	90,5	5,75	5	0
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном 200/15/7	222	<b>3,68</b>	57,6	0,44	0,00	13,90
	<b>итого</b>			<b>526</b>	<b>63,61</b>	<b>619,3</b>	<b>18,17</b>	<b>23,09</b>	<b>92,8</b>

\* 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

\*\*\*\* Согласно приложения № 1 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 Л.А.



**Меню на 22.11.2022**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из мятая с соусом 70/30	100	<b>34,03</b>	189	8,32	13,3	7,6
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	<b>13,58</b>	138	3,13	4,5	21,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	26	<b>1,91</b>	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	<b>1,58</b>	40,2	1,36	0,3	8
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	<b>8,83</b>	66,20	0,10	7,25	0,10
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	<b>3,68</b>	57,6	0,44	0,00	13,90
	итого			<b>528</b>	<b>63,61</b>	<b>561,8</b>	<b>15,63</b>	<b>25,59</b>	<b>65,5</b>

\* 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 *Л.Д. Порожнякова* Порожнякова Л.Д.

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



**Меню на 23.11.2022**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец свежий	60	<b>4,90</b>	6,6	0,42	0,06	1,14
завтрак	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	<b>33,61</b>	180,00	12,70	15,20	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	<b>8,32</b>	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	<b>8,83</b>	66,20	0,10	7,25	0,14
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	<b>5,78</b>	117	0,45	0,00	28,90
	<b>итого</b>			<b>541</b>	<b>63,61</b>	<b>501,7</b>	<b>16,47</b>	<b>23,27</b>	<b>58,55</b>

\* 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 24.11.2022**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшена 200/10/10	220	<b>22,22</b>	328	11,83	11	48,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	70,8	2,28	0,24	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	<b>8,32</b>	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	<b>8,83</b>	66,2	0,1	7,25	0,1
	пром. пр-во	15	Сыр Российский	21	<b>20,12</b>	72,4	4,6	5,8	0
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	<b>1,95</b>	56	0,32	0,00	13,70
	<b>итого</b>			<b>626</b>	<b>63,61</b>	<b>654,5</b>	<b>19,65</b>	<b>24,81</b>	<b>88,44</b>

\* 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

\*\*\*\* 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 25.11.2022**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	384	Каша вязкая манная молочная 200/10/10	220	<b>21,49</b>	194,00	10,40	12,60	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	70,80	2,28	0,24	14,80
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	<b>8,32</b>	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	<b>8,83</b>	66,20	0,10	7,25	0,10
	пром. пр-во	15	Сыр Российский	22	<b>20,85</b>	72,4	4,6	5,8	0
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	<b>1,95</b>	56,00	0,33	0,00	13,70
	<b>итого</b>			<b>627</b>	<b>63,61</b>	<b>520,5</b>	<b>18,23</b>	<b>26,41</b>	<b>76,04</b>

\* 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

\*\*\*\* 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 25.11.2022**

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец свежий	60	<b>6,03</b>	6,60	0,42	0,06	1,14
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом	250	<b>6,08</b>	103,00	2,72	2,88	16,60
	2блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	<b>23,02</b>	213	8,08	15	11,7
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	<b>10,75</b>	203,00	6,00	3,90	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	<b>1,95</b>	56,00	0,32	0,00	13,70
	<b>итого</b>			<b>805</b>	<b>50,00</b>	<b>652,40</b>	<b>19,82</b>	<b>22,08</b>	<b>93,94</b>

\* 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.



**Меню на 24.11.2022**

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	<b>5,43</b>	119,00	1,88	7,10	11,70
	2блюдо	294	Котлеты из птицы с соусом 70/30	100	<b>29,15</b>	227,00	11,10	15,00	1,30
	гарнир	309	Макароны отварные	150	<b>9,36</b>	190,89	5,18	3,70	34,32
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	66,08	2,13	0,22	13,80
	хлеб		Хлеб ржаной	25	<b>1,94</b>	40,2	1,36	0,3	8
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	<b>1,95</b>	56,00	0,32	0,00	13,70
	<b>итого</b>			<b>770</b>	<b>50,00</b>	<b>699,17</b>	<b>21,97</b>	<b>26,32</b>	<b>82,82</b>

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

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



**Меню на 23.11.2022**

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Овощи солёные (огурец)	60	9,37	6,4	0,55	0,06	1,02
	1 блюдо	84	Борщ с капустой и картофелем	250	6,45	110,00	1,69	4,91	14,80
	2блюдо	291	Плов из птицы 50/100	150	28,48	335,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,3	8
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	1,95	56	0,32	0,00	13,70
	<b>итого</b>			<b>725,00</b>	<b>50,00</b>	<b>618,40</b>	<b>20,70</b>	<b>22,51</b>	<b>77,82</b>

\* 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.





**Меню на 22.11.2022**

для учащихся льготной категории

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	1блюдо	99	Суп из овощей	250	<b>8,81</b>	91,00	3,00	4,20	10,20
обед	2блюдо	234/330	Птица тушеная в соусе 50/50	100	<b>27,18</b>	205	13,1	15,9	3,36
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	<b>10,75</b>	208	3,7	4,2	39,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	<b>1,31</b>	70,8	2,28	0,24	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	<b>1,95</b>	56	0,37	0,00	13,70
	<b>итого</b>			<b>735</b>	<b>50,00</b>	<b>630,80</b>	<b>22,45</b>	<b>24,54</b>	<b>81,76</b>

\* 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.



**Меню на 21.11.2022**

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с горохом	250	5,97	162	5,25	5,27	23,5
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	100	29,15	227	11,1	15	13
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,36	190,89	5,18	3,7	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,99	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,3	8
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,95	56	0,37	0,00	13,70
	итого				765	50,00	746,89	25,54	24,51

\* 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 дополнительного питания на 21.11.2022**  
дополнительное на учащихся 1-4 классы

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
завтрак 2			Печенье "Кубаночка" 1/40	40	14,30
			Сок фруктовый 1/200	200	21,84
			Фрукты свежие(мандарин)	100	15,86
	Итого			335	52,00

Зав. производством \_\_\_\_\_ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Алексеева Е.А.



**Меню дополнительного питания на 22.11.2022**

дополнительное меню на учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2		338	Фрукты свежие (Банан)	240	52,00	211,20	3,30	1,10	46,20
	итого			240	52	211,2	3,3	1,1	46,2

Зав. производством \_\_\_\_\_ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Алексеева Е.А.



**Меню дополнительного питания на 23.11.2022**

дополнительное на учащихся 1-4 классы

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2			Сосиска говяжья	52	26,21	226,00	8,20	10,30	6,20
			Хлеб пшеничный	30	2,17	74,00	2,05	0,80	12,20
			Мандарин свежая	150	23,62	58,60	0,42	0,42	11,58
				232,00	52,00	358,60	10,67	11,52	29,98

\* 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. производством  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



**Меню дополнительного питания на 24.11.2022**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход,г	Цена
завтрак 2		294	Котлета из птицы 50 гр	50	18,81
		71	Помидор свежий	37	9,18
			Хлеб пшеничный	30	2,17
			Сок фруктовый 1/200	200	21,84
				<b>317,00</b>	<b>52,00</b>

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

Зав. производством \_\_\_\_\_ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Алексеева Е.А.



**Меню дополнительного питания на 25.11.2022**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
завтрак 2			Запеканка творожная со сгущенным молоком 50/20	100	21,98
			Шоколад молочный 1/25	25	30,02
	<b>итого</b>			<b>125</b>	<b>52,00</b>

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

Зав. производством \_\_\_\_\_ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Алексеева Е.А.