



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню на 24.01.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	фрукты	338	Мандарин свежий	159	20,82	163	0,8	0	40
	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	29	302	13	12,1	39,2
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	207	3,36	65	0,2	0,00	16,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8
	итого			626	63,61	549,49	18,01	24,78	79,59

* 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 25.01.2022
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и супч молоком	170	25,48	459	15,2	6,50	85,00
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,51	150,8	3,76	3,2	26,74
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты		Яблоко свежее	158	15,19	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			568	63,61	811,1	21,63	18,27	138,12


* 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.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12


Пonomарева А.С.



Меню на 26.01.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	75	0,1	8,2	0,1
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	31,02	140	12,7	15,20	5,60
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	222	1,64	56	0,32	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	74	2,05	0,8	12,2
	хлеб		Хлеб ржаной	18	1,40	40,2	1,36	0,3	8
	фрукты		Мандарин свежее	146	19,12	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			537	63,61	446,30	17,05	25,02	51,04

* 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

* 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.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12


Пономарева А.С.

Меню на 27.01.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	75	0,1	8,2	0,1
	гор. блюдо	289	Рагу из птицы	175	35,24	185,41	16,56	6,74	24,73
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,07	117	0,45	0	28,9
			Яблоко свежее	134	12,87	61,1	0,52	0,52	11,44
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8
	итого			565	63,61	509,31	19,91	15,7	79,97

* 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 28.01.2021
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рсп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	220	23,07	280	6,6	8,90	39,20
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,51	139	3,8	3,04	24
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты		Фрукты свежие(мандарин)	134	17,60	66	0,6	0,6	14,5
	итого			594	63,61	622	13,38	20,03	92,64

* 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

*Свежие фрукты и овощи могут меняться в соответствии с сезонностью

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Циономарева А.С.

Меню на 24.01.2022

для учащихся 5-11 классов

прим пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	200	7,71	76,60	1,70	4,40	7,45
	2блюдо	290	Птица тушеная с соусом	100	26,42	158,00	12,60	11,00	1,68
	гарнир	171/302	Капа пшеничная	150	10,18	203,00	6,00	3,86	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,12	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56,00	0,32	0,00	13,70
				710	50,00	604,60	24,26	19,80	81,53

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 25.01.2022
для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Норм.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	8,95	110	1,69	4,91	14,8
	2блюдо	234	Котлеты рыбные с соусом	100	29,31	141	10,5	8,16	10,4
	гарнир	302	Рис отварной	100	7,48	159	3,76	1,72	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,22	70,8	2,28	0,24	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,4	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56,00	0,32	0,00	13,70
	итого			690,00	50,00	577,00	19,91	15,33	87,20

Зав.производства _____ 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 28.01.2022

для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	7,97	119	1,88	7,10	11,7
	2блюдо	234	Котлета рыбная из минтая с соусом	100	31,06	141	10,5	8,16	10,4
	гарнир	302	Капа пшеничная	100	6,79	203	6	3,86	36
	хлеб		Хлеб пшеничный	39	2,54	94,4	3,04	0,32	19,7
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56,00	0,32	0,00	13,70
				689,00	50,00	613,40	21,74	19,44	91,50

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 27.01.2022
для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рпц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с рисом	250	12,45	127	2	5,11	18,1
	2блюдо	289	Рагу из цыплят 50/125	175	31,04	280	16,6	16,20	16
	хлеб		Хлеб пшеничный	43	2,77	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,1	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56,00	0,32	0,00	13,70
				698,00	50,00	574,00	22,56	21,85	70,50

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.