



Меню на 28.11.2022

для учащихся льготных категорий

прим пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты	250	5,90	80,60	1,70	4,40	7,45
	2блюдо	290/330	Птица тушеная с соусом 50/50	100	26,44	205,00	12,60	11,00	1,68
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	10,75	203,00	6,00	3,86	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,81	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,52	57,60	0,44	0,00	13,90
				767	50,00	657,20	24,38	19,80	81,83

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Меню на 29.11.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущеным	170	28,85	366	10,8	4,75	70,10
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное порционное	10	8,83	66,2	0,1	7,25	0,14
	пром. пр-во	15	Сыр Российский порционный	11	11,44	47,6	2,99	2,6	0
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,92	56	0,32	0	13,7
	итого			566	63,61	667,7	17,01	15,36	110,18

* 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 30.11.2022

для учащихся 1-4 классов

прим пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец свежий	60	5,10	6,60	0,28	0,06	0,76
завтрак	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,61	186	12,7	15,20	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	60,3	2,04	0,78	18
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,83	75	0,1	8,2	0,1
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,92	56	0,32	0	13,7
	итого		"	576,00	63,61	515,80	18,24	25,00	60,93

* 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

* 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.



Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №12

Циномарсва А.С.

Меню на 01.12.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	289	Рагу из филе птицы	175	34,95	185,41	16,56	6,74	24,73
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,10	70,8	2,28	0,24	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,3	8
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,83	75	0,1	8,2	0,1
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,75	117	0,45	0	28,9
	итого			565	63,61	549,51	21,27	16	87,97

* 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

* 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 02.12.2022

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 хлопьев "Геркулес" 200/10/10	220	23,21	280	6,6	8,90	39,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,83	75	0,1	8,2	0,14
	пром. пр-во	15	Сыр Российский	16	15,48	65,16	4,14	3,6	0
	гор. напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,52	57,5	0,44	0	13,98
	итого			628	63,61	609,56	14,08	21,46	79,56

* 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

* 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 28.11.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы 200/10/10	220	29,50	302,00	13,00	8,13	76,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,09	70,80	2,28	0,24	14,80
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,79	139,00	3,80	3,04	24,00
	итого			590	63,61	639,10	19,7	19,18	126,51

* 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.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 29.11.2022
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец свежий	60	5,05	6,6	0,42	0,06	0,84
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с рисом	250	9,71	154	7,25	4,92	20
	2 блюдо	289	Рагу из цыплят	175	27,32	280	16,6	16,20	16
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,75	117,00	0,45	0,00	28,90
	итого			715,00	50,00	628,40	27,00	21,42	80,54

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 30.11.2022
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец свежий	60	5,02	6,6	0,42	0,06	0,84
обед	1 блюдо	99	Суп из овощей	250	8,81	114	2,01	6,20	12,5
	2блюдо	291	Плов из пшцы	150	27,75	315	14,5	17,00	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	1043	Напиток яблочный	200	4,67	110,20	0,10	0,00	26,90
				710,00	50,00	656,80	20,67	23,80	88,44

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Меню на 01.12.2022
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	6,45	172	1,69	10,98	19,76
	2блюдо	234	Котлета рыбная из минтая с соусом 70/30	100	23,02	238	11,7	5,28	10,5
	гарнир	304	Рис отварной	150	13,12	159	3,76	1,72	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,05	0,8	12,2
	хлеб		Хлеб ржаной	22	1,72	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,52	57,60	0,44	0,00	13,90
	итого			774,00	50,00	737,60	21,00	19,08	89,86

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьсва Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 02.12.2022

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	5,43	96,8	1,5	5,3	10,85
	2блюдо	294	Биточки из птшцы с соусом 70/30	100	31,07	141	10,5	8,16	10,4
	гарнир	309	Макаронь отварные	150	9,01	190,89	5,18	3,70	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	35	2,57	94,4	3,04	0,32	19,7
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	1,92	57,60	0,44	0,00	13,90
					750,00	50,00	580,69	20,66	17,48

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Ф.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Пonomарева А.С.

Меню дополнительного питания на 28.11.2022
дополнительное на учащихся 1-4 классы

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2									
		338	Фрукты свежие (мандарин)	140	21,98	51,1	0,52	0,52	14,7
			Шоколад молочный 1/25	25	30,02	138,5	2,45	8,7	12,6
	Итого			165,00	52,00	189,60	2,97	9,22	27,30

* 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 _____



Меню дополнительного питания на 29.11.2022
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2									
			Сок фруктовый 1/200	200	20,54	96,00	0,00	0,00	24,00
	сл. блюдо	338	Фрукты свежие(апельсин)	213	31,46	91,59	1,92	0,43	17,30
				413,00	52,00	187,59	1,92	0,43	41,30

* 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.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Пономарева А.С.

Меню дополнительного питания на 30.11.2022

дополнительное на учащихся 1-4 классы

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2			Мучное кондитерское изделие в индивидуальной упаковке "Кубаночка" 1/30	1шт	14,82	180	3,8	3,8	28,80
			Сок фруктовый в ассортименте 1/200	200	20,54	96,00	0,00	0,00	24,00
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие(мандарин)	113	16,64	42,94	0,9	0,23	8,48
	Итого			313,00	52,00	318,94	4,70	4,03	61,28

* 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.