



Меню на 06.02.2023

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	21,07	325,00	9,08	12,00	45,10
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,40	13,10
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	11,44	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
	пром. пр-во	15	Сыр Российский порционный	16	15,3	57,92	3,68	4,64	0
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,23	57,8	0,44	0	14
	итого			628	62,60	650,22	17,03	25,81	83,78

* 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 07.02.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	223	Запеканка из творога с соусом яблочным 100/30	130	33,3	300	20,9	8,90	17,80
	хлеб		Хлеб пшеничный	35	2,54	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб		Хлеб ржаной	35	2,7	46,4	1,12	0,22	9,88
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	11,44	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное порционное	10	9,39	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,23	57,8	0,44	0	14
	итого			562	62,60	613,7	26,29	18,29	66,36

* 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 08.02.2023

для учащихся 1-4 классов

прим пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	36,66	236	9,79	10,9	24,7
	пром. пр-во	50**	Икра кабачковая конс.	60	5,54	71,4	1,14	5,84	4,62
	хлеб		Хлеб пшеничный	32	2,31	82,20	3,21	1,40	13,10
	сл.блюдо	338	Яблоко свежее	130	11,44	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	4,70	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,95	56,5	0,38	0	13,7
	итого			597,00	62,60	573,40	15,14	25,91	67,70

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

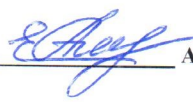
* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

* 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

** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред. Здобного А.И. 2017г.

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 09.02.2023

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК301	Кнели из кур с рисом	90	34,83	293	14	24,00	5,17
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	9,81	203	6	3,90	36,00
	закуска	70	Огурец соленый	60	9,14	10,8	0,48	0,12	1,92
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,40	13,10
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	4,70	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,95	56,5	0,38	0	13,7
	итого			555	62,60	711,7	24,17	36,67	70,03

* 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

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 10.02.2023
 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	15,33	331	8,24	12,20	47,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	32	2,31	82,20	3,21	1,40	13,10
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	11,44	61,1	0,52	0,52	11,44
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
	пром. пр-во	15	Сыр Российский	10	9,86	39,82	2,53	2,2	0
	пром. пр-во	209	Яйцо вареное	40	11,04	62,8	5,08	4,6	0,28
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,23	57,8	0,44	0	14
	итого			664	62,60	700,92	20,12	28,17	85,96

- * 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 06.02.2023

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты	250	6,54	80,60	1,70	4,40	7,45
	2блюдо	290/330	Птица тушеная с соусом 50/50	100	24,97	205,00	12,60	11,00	1,68
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	9,81	203,00	6,00	3,86	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	22	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	1043	Напиток яблочный	200	4,93	102,00	0,12	0,10	25,20
				752	50,00	701,60	24,06	19,90	93,13

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 07.02.2023

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец свежий	20	7,81	6,6	0,42	0,06	1,14
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с пшеничной крупой	250	10,33	154	7,25	4,92	20
	2 блюдо	289	Рагу из цыплят	175	26,16	280	16,6	16,20	16
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	376	Чай с сахаром	215	1,95	56,50	0,38	0,00	13,70
	итого				710,00	50,00	608,10	28,29	21,72

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 08.02.2023

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Огурец соленый	30	7,23	10,8	0,48	0,12	1,92
	1 блюдо	99	Суп из овощей	250	9,51	114	2,01	6,20	12,5
	2блюдо	291	Плов из пшеницы	150	26,28	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	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,23	57,60	0,44	0,00	13,90
				702,00	50,00	608,40	21,07	23,86	76,52

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 09.02.2023

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	7,76	172	1,69	10,98	19,76
	2блюдо	234	Котлета рыбная из минтая с соусом 70/30	100	23,61	238	11,7	5,28	10,5
	гарнир	305	Рис припущенный	150	13,97	159	3,76	1,72	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,71	70,8	2,05	0,8	12,2
	напиток	376	Чай с сахаром	215	1,95	56,50	0,38	0,00	13,70
	итого			755,00	50,00	696,30	19,58	18,78	81,66

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 10.02.2023

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№репц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	5,73	96,8	1,5	5,3	10,85
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом 70/30	100	28,73	141	10,5	8,16	10,4
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,63	190,89	5,18	3,70	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	94,4	3,04	0,32	19,7
	хлеб		Хлеб ржаной	25	1,79	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	376	Чай с сахаром	215	1,95	56,50	0,38	0,00	13,70
				770,00	50,00	619,79	21,96	17,78	96,87

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.