



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Пономарева А.С.

Меню на 04.10.2021

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с горохом	250	7,95	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	268	Биточки из говядины с соусом	60/30	32,67	227	11,1	15	13
	гарнир	309	Макароны отварные	150	6,74	261	7,4	6,04	44,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,11	94,4	3,04	0,32	19,7
	напиток	376	Чай с сахаром	200/15	1,53	57,5	0,44	0,00	13,90
	итого				50,00	840,9	30,23	28,63	117,2

* 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 на 05.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Суп овощной	250	10,53	98,6	3,76	5,9	11,6
	2блюдо	234/330	Птица тушеная в соусе	50/50	28,8	205	13,1	15,9	2,36
	гарнир	302	Каша пшеничная	100	6,27	203	6	3,9	36
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,54	47,2	1,52	0,16	9,84
			Хлеб ржаной	20	1,33	60,3	2,04	0,4	12
	напиток	376	Чай с сахаром	200/15	1,53	142	3,35	2,6	26,7
	итого				50,00	695,8	27,73	28,46	86,5

* 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 на 06.10.2021

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец свежий	45	5,08	0,14	0,02	0,38	2,2
обед	1 блюдо	84	Борщ с капустой и картофелем	250	8,15	110	1,69	4,91	14,8
	2 блюдо	291	Плов из птицы	150	28,52	503	23,3	27,4	40,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,8	0,6	0,6	14,7
			Хлеб ржаной	30	1,94	82,6	2,66	0,28	17,2
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	4,46	57,5	0,44	0,00	13,90
	итого			705	50,00	824,04	28,71	33,57	103,5

* 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 



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Пономарева А.С.

Меню на 07.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	7,54	116,8	4,79	10,8	11,21
	2блюдо	279	Тефтели из говядины	60/50	31,19	197	9,55	12,6	11,3
	гарнир	309	Макароны отварные	150	6,74	261	7,4	6,04	44,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	27	1,67	82,6	2,66	0,28	17,2
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,33	82,6	2,66	0,28	17,2
	напиток	376	Чай с сахаром	200/15	1,53	57,5	0,44	0,00	13,90
	итого					50,00	714,9	24,84	29,72

* 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. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Пономарева А.С.

Меню на 08.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с рисом	250	7,86	201	8.25	7.27	26.3	
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	70/30	31,57		16.56	6.74	24.43	
	гарнир	309	Каша пшеничная	100	6,27	229	6.62	4.3	40.9	
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,54	82.6	2.66	0.28	17.2	
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,23	60.3	2.04	0.4	12	
	напиток	376	Чай с сахаром	200/15	1,53	57.5	0.44	0.00	13.90	
	итого					50,00	797.1	45.63	33.59	135.73

* 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 _____



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Пonomарева А.С.

Меню на 04.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,24	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	25	20,00	90,5	5,75	7,25	0
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса	200/10/10	21,98	221	8,24	10,3	56,1
	гор. напиток	379	Кофейный напиток	200	12,54	142	3,35	2,60	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			620	63,61	590,2	18,04	28	97,34

* 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 _____



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Попомарева А.С.

Меню на 05.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуски	14	Масло сливочное	10	7,24	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуски	15	Сыр Российский	16	13,21	55	3,89	4,75	0
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из филе минтая с соусом	100	26,72	137	11,9	5,28	10,50
	гарнир	309	Каша гречневая	150	13,06	241	8,57	5,90	38,70
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,53	56	0,32	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			506	63,61	625,7	25,38	23,78	77,74

* 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 на 06.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,24	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Помидор свежий	32	4,57	7,68	0,35	0,1	1,22
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	31,25	188	12,7	15,20	2,13
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	207	4,14	57,6	0,44	0	13,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,8	0,6	0,6	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого				520	63,61	451,38	14,71	23,67

* 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 _____ *Л.Д. Порожнякова* Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ *Е.А. Асеев*



Меню на 07.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,24	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	20	16,37	72,4	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная пшеничная	220	20,02	328	11,83	11	48,5
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	207	4,14	57,5	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	0,6	0,6	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежес	130	13,99	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			617	63,61	655,7	18,09	25,17	88,68

* 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 Порожникова Л.Д.

Ответственный по питанию Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Пonomарева А.С.

Меню на 08.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,24	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	20	16,37	72,4	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	384	Каша вязкая манная молочная	220	18,33	194	10,4	11	56
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	207	4,14	57,5	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	0,6	0,6	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежее	140	15,68	65,8	0,56	0,56	12,32
	итого			627	63,61	526,40	16,70	25,21	97,06

* 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 _____