



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 09.03.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,40	75	0,1	8,2	0,1
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	32,21	140	12,7	15,20	5,60
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	207	1,69	56	0,32	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	74	2,05	0,8	12,2
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,64	40,2	1,36	0,3	8
	фрукты	338	Мандарин свежее	126	17,74	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			504	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.Н.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню на 10.03.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуски	14	Масло сливочное	10	8,40	75	0,1	8,2	0,1
	гор. блюдо	289	Рагу из птицы	175	35,36	185,41	16,56	6,74	24,73
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,15	117	0,45	0	28,9
			Яблоко свежее	133	12,77	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 11.03.2021

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,40	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	220	23,04	280	6,6	8,90	39,20
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,59	139	3,8	3,04	24
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты		Фрукты свежие(мандарин)	125	17,65	66	0,6	0,6	14,5
	итого			585	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.



Меню на 09.03.2022

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Огурец свежий	10,00	2,62	2,20	0,14	0,02	0,38
	1 блюдо	99	Суп из овощей	250	13,61	114	2,01	6,20	12,5
	2блюдо	291	Плов из птицы	150	28,51	315	14,5	17,00	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,64	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,69	56,00	0,32	0,00	13,70
				660,00	50,00	598,20	20,61	23,76	74,78

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Меню на 10.03.2022

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	9,53	172	1,69	10,98	19,76
	2блюдо	234	Котлета рыбная из минтая с соусом томатным	100	28,18	137	11,7	5,28	10,5
	хлеб	304	Рис отварной	100	7,44	159	3,76	1,72	25,5
	напиток		Хлеб пшеничный	24	1,52	74	2,05	0,8	12,2
			Хлеб ржаной	20	1,64	40,2	1,36	0,3	8
			Чай с сахаром	200	1,69	56,00	0,32	0,00	13,70
	итого			694,00	50,00	638,20	20,88	19,08	89,66

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Марьсва Т.П.



Цономарсва А.С.

Меню на 11.03.2022

прим пищи	раздел	№респ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	бслики	жиры	углсводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	8,5	96,8	1,5	5,3	10,85
	2блюдо	294	Котлета из птицы с соусом	100	30,5	141	10,5	8,16	10,4
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	100	6,55	203	6	3,86	36
	хлеб		Хлеб пшеничный	16	1,04	94,4	3,04	0,32	19,7
	напиток	376	Чай с сахаром	200	3,41	56,00	0,32	0,00	13,70
				666,00	50,00	591,20	21,36	17,64	90,65

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.