



**Меню на 16.12.2022**  
для учащихся 1-4 классов

прим 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	23,16	280	6,6	8,90	39,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	160	11,52	75,2	0,64	0,64	15,7
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,83	75	0,1	8,2	0,14
	пром. пр-во	15	Сыр Российский	15	14,78	54,3	3,45	4,35	0
	гор. напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,15	57,5	0,44	0	13,98
	<b>итого</b>			<b>657</b>	<b>63,61</b>	<b>612,8</b>	<b>13,51</b>	<b>22,33</b>	<b>83,82</b>

\* 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 15.12.2022**  
 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	35,47	185,41	16,56	6,74	24,73
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,16	70,8	2,28	0,24	14,8
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	154	11,12	72,86	0,6	0,6	15,2
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,83	75,00	0,1	8,2	0,1
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	6,03	117,0	0,45	0	28,9
	<b>итого</b>			<b>569</b>	<b>63,61</b>	<b>521,07</b>	<b>19,99</b>	<b>15,78</b>	<b>83,73</b>

\* 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 14.12.2022**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	71	Огурец свежий	60	4,75	6,60	0,28	0,06	0,76
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,61	190	11,1	15	2,81
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0	8
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	10,80	70,5	0,6	0,6	14,7
	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	1,87	56	75,2	0,64	0,64
	<b>итого</b>			<b>596,00</b>	<b>63,61</b>	<b>509,10</b>	<b>90,92</b>	<b>24,74</b>	<b>41,81</b>

\* 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.



**Меню на 12.12.2022**

для учащихся 1-4 классов

прим 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	29,45	302,00	13,00	8,13	76,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	145	10,44	73,79	0,63	0,63	15,4
	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,72	139,00	3,80	3,04	24,00
	<b>итого</b>			<b>605</b>	<b>63,61</b>	<b>651,79</b>	<b>19,81</b>	<b>19,29</b>	<b>130,47</b>

\* 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 13.12.2022**

для учащихся 1-4 классов


прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным	170	29,06	366	10,8	4,75	70,10
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	154	11,12	72,86	0,6	0,6	15,2
	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	10	10,56	36,3	2,3	2	0
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,87	56	0,32	0	13,7
	<b>итого</b>			<b>589</b>	<b>63,61</b>	<b>668,16</b>	<b>16,4</b>	<b>14,84</b>	<b>113,94</b>

\* 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.



Марьина Т.П.



Попомарева А.С.

**Меню дополнительного питания на 16.12.2022**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2	конд.изд.		Злаковый батончик	15	31,78	54,00	54	0,54	0,3
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (мандарин)	137	20,22	51,68	1,09	0,3	10,2
	<b>итого</b>			<b>152</b>	<b>52,00</b>	<b>105,68</b>	<b>55,09</b>	<b>0,84</b>	<b>10,50</b>

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



**Меню дополнительного питания на 15.12.2022**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2	конд.изд.		Печенье "Кубаночка" 1/30	30	14,82	130,00	3,00	3,00	22,00
	напиток		Сок фруктовый 1/200	200	19,71	96,00	0,00	0,00	24,00
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие(мандарин)	118	17,47	68,4	0,48	0,1	14,5
	<b>итого</b>			<b>335</b>	<b>52,00</b>	<b>294,40</b>	<b>3,48</b>	<b>3,10</b>	<b>60,50</b>

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



**Меню дополнительного питания на 14.12.2022**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (мандарин)	135	19,80	71,55	1,08	0,4	15,5
			Кондитерское изделие в индив.упак. "Амарс"	45	32,20	238,00	1,80	13,95	26,55
	<b>итого</b>			<b>180</b>	<b>52,00</b>	<b>309,55</b>	<b>2,88</b>	<b>14,35</b>	<b>42,05</b>

Зав.производства \_\_\_\_\_ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Алексеева Е.А.





**Меню дополнительного питания на 13.12.2022**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (апельсин)	202	32,29	98,98	1,82	0,4	20,8
	напток		Сок фруктовый в ассортименте 1/200	200	19,71	96,00	0,00	0,00	24,00
	итого			402	52,00	194,98	1,82	0,40	44,80

Зав.производства \_\_\_\_\_ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Алексеева Е.А.



**Меню дополнительного питания на 12.12.2022**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рсп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (мандарин)	149	21,98	78,97	1,19	0,4	17,1
			Кондитерское изделие в индив.упак. Шоколад молоч.1/25	25	30,02	132,00	1,25	7,75	14,50
	итого			174	52,00	210,97	2,44	8,15	31,60

Зав.производства  Порожنيкова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



**Меню на 16.12.2022**  
 для учащихся льготных категорий

присл пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углсводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	5,41	96,8	1,5	5,3	10,85
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом 70/30	100	28,75	141	10,5	8,16	10,4
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,01	190,89	5,18	3,70	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,1	94,4	3,04	0,32	19,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,15	57,60	0,44	0,00	13,90
				772,00	50,00	620,89	22,02	17,78	97,07

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



**Меню на 15.12.2022**

для учащихся льготных категорий

прим пиши	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	<b>6,42</b>	172	1,69	10,98	19,76
	2блюдо	234	Котлета рыбная из минтая с соусом	100	<b>23,63</b>	238	11,7	5,28	10,5
	гарнир	304	Рис отварной	150	<b>13,12</b>	159	3,76	1,72	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,10</b>	70,8	2,05	0,8	12,2
	хлеб		Хлеб ржаной	20	<b>1,58</b>	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	<b>3,15</b>	57,60	0,44	0,00	13,90
	итого			772,00	<b>50,00</b>	737,60	21,00	19,08	89,86

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.





**Меню на 14.12.2022**

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Огурец свежий	60	<b>6,54</b>	6,6	0,42	0,06	0,84
	1 блюдо	99	Суп из овощей	250	<b>8,8</b>	114	2,01	6,20	12,5
	2блюдо	291	Плов из пшеницы	150	<b>25,3</b>	315	14,5	17,00	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	<b>1,58</b>	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	342	Компот из яблок свежих	200	<b>5,61</b>	124,00	0,15	0,12	30,60
				710,00	<b>50,00</b>	<b>670,60</b>	<b>20,72</b>	<b>23,92</b>	<b>92,14</b>

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



**Меню на 13.12.2022**

для учащихся льготных категорий

присм пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Помидор свежий	60	<b>5,66</b>	14,4	0,6	0,06	1,38
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с рисом	250	<b>9,69</b>	154	7,25	4,92	20
	2 блюдо	289	Рагу из цыплят	175	<b>24,87</b>	280	16,6	16,20	16
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	70,8	2,28	0,24	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	<b>1,58</b>	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	<b>6,03</b>	117,00	0,45	0,00	28,90
	итого				735,00	<b>50,00</b>	<b>676,40</b>	<b>28,54</b>	<b>21,72</b>

Зав.производства \_\_\_\_\_ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Алексеева Е.А.



**Меню на 12.12.2022**  
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты	250	<b>5,88</b>	80,60	1,70	4,40	7,45
	2блюдо	290/330	Птица тушеная с соусом 50/50	100	<b>25,02</b>	205,00	12,60	11,00	1,68
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	<b>10,75</b>	203,00	6,00	3,86	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	<b>2,17</b>	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	23	<b>1,82</b>	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	1043	Напиток яблочный	200	<b>4,36</b>	102,00	0,12	0,10	25,20
				<b>753</b>	<b>50,00</b>	<b>701,60</b>	<b>24,06</b>	<b>19,90</b>	<b>93,13</b>

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.