



Меню для учащихся 1-4 классов на 17.12.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	20	17,74	72,4	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	220	23,05	280	6,8	8,90	39,20
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,47	56	0,2	0	13,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,8	2,28	0,24	14,7
	итого			610	63,61	615,9	14,58	22,79	82,64

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 с 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 *Л.Д. Порожнякова* Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию *Е.А. Алексеева* Алексеева Е.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12


Тюномарева А.С.



Меню для учащихся 1-4 классов на 16.12.2021

прием пищи	раздел	№р.ц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	закуски	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14	
	гор. блюдо	289	Рагу из птицы	175	38,43	185,41	16,56	6,74	24,73	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,61	56	0,32	0	13,9	
			Яблоко свежее	138	13,22	64	0,58	0,58	10,1	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	2,28	0,24	14,7	
	итого				565	63,61	442,11	19,84	14,81	63,57

* 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.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню для учащихся 1-4 классов на 15.12.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	35,5	140	12,7	7,70	5,60
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,33	56	0,32	0	13,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,8	2,28	0,24	14,7
	фрукты		Яблоко свежее	150	14,43	75,2	0,64	0,64	15,7
	итого			523	63,61	408,2	16,04	15,83	50,04

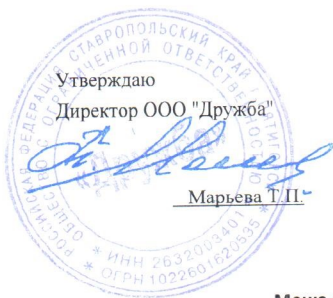
* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* 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 замена говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню для учащихся 1-4 классов на 14.12.2021

прием пищи	раздел	№пер.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и сгущ. молоком	170	25,73	331	8,24	6,50	47,00
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,47	150,8	3,76	3,2	26,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,8	2,28	0,24	14,7
	фрукты		Яблоко свежее	157	15,06	73,79	0,63	0,63	15,4
	итого			581	63,61	784,84	20,76	25,2	103,94

* 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.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеев В.В.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Иономарева А.С.

Меню для учащихся 1-4 классов на 13.12.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	24	21,09	86,88	5,5	4,8	
	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	28,57	302	13	8,3	76,13
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	1,61	56,49	0,38	0,00	13,75
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,5	2,28	0,24	14,7
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	2	50,25	2,04	0,39	11,9
	итого			529	63,61	549,49	18,01	24,78	79,59

* 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  Порожняко Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Меню на 14.12.2021
 для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с рижиком	250	12,45	134	7,25	4,92	20
	2блюдо	234	Биточки из филе рыбы с соусом	90	26,26	278	20	21,00	1^52
	гарнир	309	Макароны отварные	100	7,45	138	4,15	3,90	21,2
	закуска		Хлеб пшеничный	36	2,23	59,4	0,24	0,03	11,9
	хлеб	376	Чай с сахаром	215	1,61	135	0	0,24	33
	итого			691,00	50,00	744,40	31,64	30,09	86,10

Зав.производства *Л.Д. Порожнякова* Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию *Е.А. Алексеева* Алексеева Е.А.



Меню на 15.12.2021
для учащихся 5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	7,83	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	294	Биточки из птицы с томатным соусом	90	30,51	197	9,55	12,60	11,3
	гарнир	309	Макароны отварные	150	7,45	197	5,5	4,20	34,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,23	94,4	0,38	0,00	13,9
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,37	40,2	6,9	0,26	7,96
	закуска	376	Чай с сахаром	215	1,61	56,4	3,04	0,82	19,7
					745,00	50,00	745,80	26,72	24,89

Зав.производства *Порожнякова* Порожнякова И.

Ответственный по питанию *Алексеева* Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Циономарева А.С.

Меню на 16.12.2021
для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	9,07	110	1,69	7,27	14,8
	2блюдо	234	Биточки из филе минтая с соусом	100	30,26	137	11	12,60	10,5
	гарнир	309	Макароны отварные	150	7,45	159	3,76	4,20	25,5
	закуска	376	Чай с сахаром	200	1,61	56	20,53	0,00	13,98
	хлеб		Хлеб пшеничный	26	1,61	70,8	2,28	12,41	14,8
					726,00	50,00	532,80	39,26	36,48

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Меню на 17.12.2021
для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	8,15	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	289	Рагу из пшеницы	175	38,43	197	9,55	12,60	11,3
	Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	1,61	56,4	3,04	0,82	19,7
			Хлеб пшеничный	30	1,81	60,3	2,04	0,40	12
				764,00	50,00	621,05	23,88	21,19	85,16

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Ефимеева Е.А.



Меню на 13.12.2021
для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Щи из свежей капусты	200	7,95	71,60	1,70	4,92	5,11
	2блюдо	290	Птица тушенная с соусом	100	28,19	195,00	17,50	13,80	0,00
	гарнир	171/302	Каша пшеничная	150	10,18	203,00	6,00	3,90	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	34	2,07	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	376	Чай с сахаром	215	1,61	57,50	0,44	0,00	13,90
				699	50,00	597,90	27,92	22,86	69,81

Зав.производства  Порожняк

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 13.12.2021г

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
			коктейль Мэджик	200	21,45	72,00	2,8	2	9,5
			Печенье "Орео"	38	25,74	211,2	3,3	1,1	46,2
			Мандарин	136	17,81	57,72	1,15	0,3	10,8
	итого				65,00	283,2	6,1	3,1	55,7

Зав.производства(буфетчик) _____

Ответственный по питанию _____



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 14.12.2021г

прием пищи	раздел	Мерц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
2 завтрак			Сок фруктовый(вишня ,апельсин)	200	16,74	96	0	0	24
			Хачипури с сыром	100	19,28	419	15,4	17,9	47,9
			Фрукты свежие(груша)	151	28,98	89,49	0,63	0,16	19
	итого				65,00	604,49	16,03	18,06	90,9

Зав.производства(Буфетчик) _____

Ответственный по питанию _____



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 15.12.2021г

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
			Груша свежая	140	26,88	89,49	0,63	0,16	19
			Банан	230	38,12	211,2	3,3	1,1	46,2
		итого			65,00	300,69	3,93	1,26	65,20

Зав.производства_(буфетчик) _____

Ответственный по питанию _____



Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 16.12.2021г

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
			Биойогурт "Мэджик"	200	28,60	89,49	0,63	0,16	19
			Мандарин свежий	144	18,92	54,72	1,15	0,3	10,8
			Вафли глазированные в индив.упаковке 1/20гр	40	17,48	248	2,25	11,6	27,9
	итого				65,00	89,49	0,63	0,16	19

Зав.производства_(буфетчик) _____

17

Ответственный по питанию _____



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Допомарева А.С.

Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 17.12.2021г

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак			Сок фруктовый (вишня)	200	14,50	96	0	0	24
			Яблоко свежее	130	12,48	89,49	0,63	0,16	19
			Апельсин	210	38,02	73,1	1,53	0,34	13,8
	Итого				65,00	185,49	0,63	0,16	43,00

Зав.производства(буфетчик)

Ответственный по питанию