



Меню на 22.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход. г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с рисом	250	7,7	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	100	32,89	227	16,56	6,74	24,43
	гарнир	309	Каша пшеничная	100	6,41	229	6,62	4,3	40,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,47	82,6	2,66	0,28	17,2
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,53	57,5	0,44	0,00	13,90
	итого			675	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 *Л.Д. Порожнякова* Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию *Т.П. Марьева*

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12


Новикова А.С.



Меню на 21.10.2021

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	7,7	116,8	4,79	10,8	11,21
	2блюдо	279	Тефтели из говядины	110	32,38	197	9,55	12,6	11,3
	гарнир	309	Макароны отварные	150	6,95	261	7,4	6,04	44,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,44	82,6	2,66	0,28	17,2
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,53	57,5	0,44	0,00	13,90
	итого				735	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.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОИФ № 12


Пономарева А.С.



Меню на 20.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Отурец соленый	25	5,3	9,6	0,44	0,08	1,52
обед	1 блюдо	84	Борщ с капустой и картофелем	250	8,23	110	1,69	4,91	14,8
	2 блюдо	291	Плов из пшеницы	150	27,69	503	23,3	27,4	40,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,86	70,8	0,6	0,6	14,7
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,92	57,5	0,44	0,00	13,90
	итого			655	50,00	741,3	26,03	32,91	84,1

* 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


Т.П. Марьева

Меню на 19.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход. г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	99	Суп овощной	250	12,41	98,6	3,76	5,9	11,6
	2блюдо	234/330	Птица тушеная в соусе	100	24,15	205	13,1	15,9	2,36
	гарнир	302	Рис отварной	150	9,07	203	6	3,9	36
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,51	47,2	1,52	0,16	9,84
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,33	40,2	1	0,4	12
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,53	142	3,35	2,6	26,7
	итого			745	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 

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12



Цономарева А.С.

Меню на 18.10.2021

присм пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с горохом	250	8,4	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	268	Биточки из говядины с соусом	90	33,65	227	11,1	15	13
	гарнир	309	Макароны отварные	100	4,64	261	7,4	6,04	44,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,78	47,2	1,52	0,16	9,84
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,53	57,5	0,44	0,00	13,90
	итого			670	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 22.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,64	66.2	0.1	7.25	0.14
	закуска	15	Сыр Российский	14	12,00	54	3,45	4,35	0
	гор. блюдо	181	Каша вязкая манная	220	19,00	194	10,4	11	56
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,5	0,6	0,6	14,7
	фрукты	338	Груша свежая	150	21,60	65,8	0,6	0,45	15,3
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,53	56	0,37	0	13,7
	итого				624	63,61	506,50	15,52	23,65

* 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 _____



Меню на 21.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,64	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	20	16,96	72,4	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	173	Кана вязкая молочная пшеница	220	20,66	328	11,83	11	48,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,5	0,6	0,6	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	12,99	61,1	0,52	0,52	11,44
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	207	3,52	57,5	0,44	0,00	13,90
	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.производства *Л.Д. Порожнякова* Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию *С.А. Марьева*



Меню на 20.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,64	66.2	0.1	7.25	0.14
	закуска	71	Огурец свежий	35	5,66	2.2	0.14	0.02	0.38
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	32,32	188	12.7	15,20	2.13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70.8	0.6	0.6	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	12,90	61.1	0.52	0.52	11.44
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	207	3,25	57.6	0.44	0	13,9
	итого				523	63,61	445,90	14,50	23,59

* 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 _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____



Меню на 19.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуски	14	Масло сливочное	10	7,64	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуски	71	Огурец свежий	33	5,52	2,2	0,14	0,02	0,38
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из филе минтая с соусом	100	27,09	137	11,9	5,28	10,50
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,27	138	3,13	4,50	21,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,5	0,6	0,6	14,7
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	207	3,25	57,6	0,44	0	13,9
	итого			530	63,61	471,5	16,31	17,65	60,82

* 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 С.В.Васильев



Меню на 18.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,64	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	24	19,90	90,5	5,75	7,25	0
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса	220	21,21	221	8,24	10,3	56,1
	гор. напиток	379	Кофейный напиток	200	13,02	142	3,35	2,60	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			484	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.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию 