



Меню на 19.09.2022
для учащихся 1-4 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло	14	Масло сливочное	10	8,64	75	0,1	7,3	0,1
	сыр	15	Сыр Российский	25	24,29	90,5	5,75	5	0
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	24,93	294	8,24	10,3	56,1
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56	0,37	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,3	8
	итого			520	63,61	626,5	18,1	23,14	92,6

* 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

**** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена мяса говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

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

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



Меню на 20.09.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло сл.	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	овощи	71	Овощи свежие (помидор)	60	2,85	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	33,85	189	8,32	13,3	7,6
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	12,37	138	3,13	4,5	21,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	222	3,73	57,6	0,44	0,00	13,90
	итого			572	63,61	528,2	14,97	25,39	58,64

* 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

* 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 21.09.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	71	Огурец свежий	60	7,86	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	28,96	180,00	12,70	15,20	2,13
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,85	117	0,45	0,00	28,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	25	1,81	40,2	1,36	0,3	8
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			566	63,61	541,90	18,11	23,61	66,55

* 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

* Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 22.09.2022
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло сл.	14	Масло сливочное	10	8,64	66,2	0,1	7,25	0,1
	сыр	15	Сыр Российский	20	18,80	54,3	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшена 200/10/10	220	21,95	328	6,6	8,9	39,2
	гор. напиток	377	Чай слимоном 200/15/7	222	3,73	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,7
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			632	63,61	638	14,54	22,71	79,34

* 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

***Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

**** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена мяса говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Марьева Е.П.



Попомарева А.С.

Меню на 23.09.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	сыр	15	Сыр Российский	20	19,41	72,4	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	384	Каша вязкая манная молочная 200/10/10	220	21,34	294,00	8,24	10,30	56,10
	гор. напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,73	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			632	63,61	622,1	16,18	24,11	96,34

* 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

*** Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

**** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена мяса говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 19.09.2022

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с горохом	250	5,5	162	5,25	5,27	23,5
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	100	30,32	227	11,1	15	13
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,24	190,89	5,18	3,7	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,45	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,49	40,2	1,36	0	7,96
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56	0,37	0,00	13,70
	итого				755	50,00	746,89	25,54	24,21

* 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 20.09.2022

для учащихся льготной категории

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	1блюдо	99	Суп из овощей	250	8,14	91	3	4.2	10.2
обед	2блюдо	234/330	Птица тушеная в соусе 50/50	100	26,83	205	13,1	15.9	3.36
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	10,63	208	3,7	4.2	39.8
	хлеб		Хлеб пшеничный	35	2,40	70,8	2,28	0,24	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2	56	0,32	0	13,7
	итого			750	50,00	630,80	22,40	24,54	81,76

* 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 21.09.2022

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо		Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	5,03	119,00	1,88	7,10	11,70
	2блюдо	294	Котлеты из птицы с соусом 70/30	100	30,32	227,00	11,10	15,00	1,30
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,24	190,89	5,18	3,70	34,32
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,83	66,08	2,13	0,22	13,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,00	0,32	0,00	13,70
	итого				760	50,00	699,17	21,97	26,32

* 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.



Меню на 22.09.2022

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Овощи солёные (огурец)	60	8,38	6,4	0,55	0,06	1,02
	1 блюдо	84	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	260	9,61	110,00	1,69	4,91	14,80
	2блюдо	291	Плов из птицы 50/100	150	27,84	335,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,00	56	0,32	0,00	13,70
	итого			715,00	50,00	578,20	19,34	22,21	69,82

* 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  Алексеева Е.А.



Меню на 23.09.2022

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом	250	5,38	103,00	2,72	2,88	16,60
	2блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	33,85	213	8,08	15	11,7
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	7,08	203,00	6,00	3,90	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,69	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,00	0,32	0,00	13,70
	итого			740	50	645,8	19,4	22,02	92,8

* 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.