



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню на 20.12.2021
для учащихся 5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с горохом	200	6,84	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	294	Биточки из птицы	100	35,14	227	11,1	15	13
	гарнир	309	Макароны отварные	100	4,97	190,9	5,18	3,7	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	24	1,46	70,5	1,36	0,3	8
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,59	57,5	0,44	0,00	13,98
	итого				624	50,00	746,9	26,33	26,27

* 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 _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню на 21.12.2021

для учащихся 5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	1блюдо		Суп овощной	200	10,49	98,6	1,76	58	11,6
обед	2блюдо	234/330	Птица тушеная в соусе	100	27,92	205	13,1	15,9	2,36
	гарнир	305	Рис припущенный	100	7,48	208	3,7	4,2	39,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0,81	70,5	0,6	0,6	14,7
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	3,3	56	0,37	0	13,7
	итого			620	50,00	539,5	17,77	20,7	70,56

* 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 _____ Алексеева Е.А.



Меню на 22.12.2021

для учащихся 5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	закуска	71	Огурец соленый	28	5,63	3,6	0,16	0,04	0,64
обед	1 блюдо	84	Борщ с капустой и картофелем	250	9,1	122	1,69	10,98	19,76
	2блюдо	291	Плов из птицы	150	28,51	315	14,5	17	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,8	2,28	0,24	14,7
	напиток	348	Компот из сухофруктов	200	4,91	135	0,48	0,2	33
	итого				658	50,00	646,4	19,11	28,46

* 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 _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.Ф.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пономарева А.С.

Меню на 23.12.2021

5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крушой	250	8,19	126	5,28	4,7	15,5	
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	80	32,74	227	11,1	15	1,3	
	гарнир	202/309	Макароны отварные	100	4,94	242	8,57	5,9	38,7	
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,54	70,5	0,6	0,6	14,7	
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,59	102	0,12	0,1	25,2	
	итого				670	50,00	767,50	25,67	26,30	95,40

* 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 _____ Алексеева Е.А.



Меню на 24.12.2021

5-11 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
		71	Огурец соленый	12	2,94	3,60	0,16	0,04	0,64
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с рисом	250	8,22	204,8	6,15	11,17	19,9
	2блюдо	288	Цыплята отварные	100	25,23	227	11,1	15	1,3
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	10,18	138	3,13	4,5	21,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,5	0,6	0,6	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,59	102	0,12	0,1	25,3
	итого			730	50,00	745,90	21,26	31,41	83,04

* 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

Зав.производством _____ 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 на 20.12.2021
для учащихся 1-4 класс

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	19	16,78	72	4,6	5,8	0
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса	220	22,87	240	6,72	2,59	48,5
	гор. напиток	379	Кофейный напиток	200	13,62	133,4	3,1	2,31	25,10
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,8	2,28	0,24	14,7
	итого			479	63,61	582,4	16,8	18,19	88,44

* 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 21.12.2021
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	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	234	Биточки рыбные из филе минтая с соусом	100	30,3	137	11,9	5,28	10,50
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,82	138	3,13	4,50	21,20
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	3,30	57,6	0,44	0	13,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	23	1,41	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,28	40,2	1,36	0,26	7,96
	итого			503	63,61	509,8	19,21	17,53	68,4

* 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 24.12.2021

для учащихся 1-4 классов

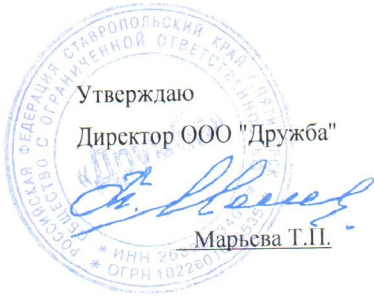
прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	17	15,93	61,54	3,91	3,4	0
	гор. блюдо	384	Каша вязкая манная молочная	220	21,56	281	7,81	2,44	57,9
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	207	3,30	57,5	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	12,48	61,1	0,52	0,52	14,3
	итого			614	63,61	598,14	15,06	13,85	101,04

* 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

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12

Пonomарева А.С.

Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 20.12.2021г

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
			Сок фруктовый(вишня ,апельсин)	200	16,74	96	0	0	24
			Фрукты свежие(яблоко)	160	16,64	70,5	0,6	0,6	14,7
			Фрукты свежие(груша)	165	31,62	89,49	0,63	0,16	19
			итого		65,00	255,99	1,23	0,76	57,7

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

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 21.12.2021г

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
2 завтрак			Печенье "BelVita"	45	26,78	214	2,38	9,45	30,15
			Фрукты свежие (апельсин)	213	38,22	89,49	0,63	0,16	19
	итого				65,00	303,2	3,01	9,61	49,15

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____



Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 22.12.2021г

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
			Хачапури с сыром	100	19,60	376,2	7,1	16,2	51,9
			Биойогурт" Мэджик"	200	28,60	78	2,5	2,8	11
			Фрукты свежие(яблоко)	160	16,80	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого				65,00	524,70	10,20	19,60	77,60


Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию 



Меню дополнительного питания учащихся 1-4 классов на 23.12.2021г

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
			Груша свежая	140	26,88	89,49	0,63	0,16	19
			Мандарин свежий 2/79гр	157	20,64	54,72	1,15	0,3	10,8
			Вафлы глазированные в индив.упаковке 1/20	40	17,48	248	2,25	11,6	27,9
	Итого				65,00	89,49	0,63	0,16	19

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию 