



Меню на 28.09.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы:
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10,00	7,24	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	14,00	11,64	54,30	3,45	4,35	0,00
	гор. блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и сгущ. молоком	170,00	23,38	382,00	12,00	5,40	71,40
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200,00	1,51	56,49	0,38	0,00	13,75
	хлеб		Хлеб пшеничный	30,00	1,84	70,80	0,60	0,60	14,70
	фрукты		Груша свежая	150,00	18,00	65,80	0,57	0,56	12,32
				574,00	63,61	695,59	17,10	18,16	112,31

* 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.И.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12



Пономарева А.С.

Меню на 29.09.2021

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10,00	7,24	66,20	0,10	7,25	0,14
		71	Помидор свежий	50,00	6,60				
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111,00	28,69	188,00	10,70	15,20	21,30
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200,00	4,12	56,49	0,38	0,00	13,75
	хлеб		Хлеб пшеничный	30,00	1,84	94,40	3,04	0,32	19,70
	фрукты		Яблоко свежее	135,00	15,12	75,20	0,64	0,64	14,08
				536,00	63,61	480,29	14,86	23,41	68,97

* 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



Пономарева А.С.

Меню на 30.09.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуски	14	Масло сливочное	10,00	7,24	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. блюдо	289	Рагу из птицы	175,00	29,90	185,41	16,56	6,74	14,43
	гор. напиток	388	Напиток из шиповника	200,00	10,64	112,00	2,63	2,22	10,70
	фрукты		Яблоко свежее	125,00	13,99	65,80	0,56	0,56	12,32
	хлеб		Хлеб пшеничный	30,00	1,84	31,81	0,60	0,60	14,70
	итого			540,00	63,61	461,22	20,45	17,37	52,29

* 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

Пономарева А.С.

Меню на 01.10.2021

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,24	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	15	12,08	36,20	2,30	2,90	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	220	20,33	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	4,12	56,49	0,38	0,00	13,75
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,80	0,60	0,60	14,70
	фрукты		Груша свежая	150	18,00	61,10	0,52	0,52	11,44
				625	63,61	570,79	10,10	22,17	79,23

* 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.И.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12



Пономарева А.С.

Меню на 27.09.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Щи из свежей капусты	250,00	8,44	71,60	1,70	4,92	5,11
	2блюдо	288	Птица отварная с соусом	100,00	24,75	195,00	17,50	13,80	0,00
	гарнир	309	Каша пшеничная	150,00	9,06	203,00	6,00	3,90	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30,00	1,84	70,80	2,28	0,24	14,80
	овощи	71	Помидор свежий	30,00	4,40	7	0,3	0,05	1,1
	напиток	376	Чай с сахаром	200,00	1,51	57,50	0,44	0,00	13,90
				760,00	50,00	604,90	28,22	22,91	70,91

Зав. производством  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию 



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Г.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12

Пономарева А.С.

Меню на 28.09.2021

прием пищи	раздел	№репц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с рисом	250	10,03	134	7,25	4,92	20
	2блюдо	229	Минтай тушеный с овощами	100	20,09	278	20	21,00	99
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	14,44	138	4,15	3,90	21,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	59,4	0,24	0,03	11,9
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,09	40,2	6,9	0,26	7,96
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,51	135	0	0,24	33
				760,00	50,00	784,60	38,54	30,35	193,06

Зав. производством _____

Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____



Меню на 29.09.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	102	Суп из овощей	250	11,02	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	294	Биточки из птицы	100	26,95	197	9,55	12,60	11,3
	гарнир	309	Макароны отварные	150	6,74	197	5,5	4,20	34,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	94,4	0,38	0,00	13,9
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1,94	94,4	0,38	0,00	13,9
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,51	56,4	3,04	0,82	19,7
				560,00	50,00	783,80	24,06	24,07	99,60

Зав. производством Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Евдокимов

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 12



Пономарева А.С.

Меню на 30.09.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,66	110	1,69	7,27	14,8
	2блюдо	234	Котлета из минтая с соусом	100	27	137	11	12,60	10,5
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	100	12,58	159	3,76	4,20	25,5
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,51	56,49	0,38	0,00	13,75
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,25	70,8	2,28	12,41	14,8
				670,00	50,00	533,29	19,11	36,48	79,35

Зав. производством _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____



Меню на 01.10.2021

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с крупой	250	6,94	201	8,25	7,27	26,3
	2блюдо	289	Рагу из птицы	175	29,9	197	9,55	12,60	11,3
	закуска	71	Огурец свежий	30	4,07	4,95	0,32	0,05	0,86
	закуска	71	Помидор свежий	30	4,06	7	-0,3	0,05	1,1
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,51	56,4	3,04	0,82	19,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	60,3	2,04	0,40	12
	хлеб		Хлеб ржаной	25	1,68	94,4	0,38	0,00	13,9
				740,00	50,00	621,05	23,88	21,19	85,16

Зав. производством *Л.Д. Порожнякова* Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию *А.С. Пономарева*