



**Меню на 05.12.2022**  
для учащихся 1-4 класс

| прием пищи | раздел       | №реп. | Блюдо                                  | Выход, г   | Цена         | Ккал         | белки        | жиры         | углеводы    |
|------------|--------------|-------|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| завтрак    | гор. блюдо   | 174   | Каша вязкая молочная из риса 200/10/10 | 220        | <b>24,78</b> | 294          | 8,24         | 10,3         | 56,1        |
|            | хлеб         |       | Хлеб пшеничный                         | 30         | <b>2,17</b>  | 70,8         | 2,28         | 0,24         | 14,7        |
|            | хлеб         |       | Хлеб ржаной                            | 20         | <b>1,58</b>  | 40,2         | 1,36         | 0,3          | 8           |
|            | пром. пр-во  | 14    | Масло сливочное                        | 10         | <b>8,83</b>  | 66,20        | 0,10         | 7,25         | 0,10        |
|            | пром. пр-во  | 15    | Сыр Российский                         | 24         | <b>22,73</b> | 90,5         | 5,75         | 5            | 0           |
|            | гор.напиток  | 377   | Чай с сахаром и лимоном                | 222        | <b>3,52</b>  | 57,6         | 0,44         | 0,00         | 13,90       |
|            | <b>итого</b> |       |  | <b>526</b> | <b>63,61</b> | <b>619,3</b> | <b>18,17</b> | <b>23,09</b> | <b>92,8</b> |

\* 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 Алексева Е.А.



**Меню на 06.12.2022**  
 для учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел       | №реп. | Блюдо                                   | Выход, г   | Цена         | Ккал         | белки        | жиры         | углеводы    |
|------------|--------------|-------|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| завтрак    | гор. блюдо   | 234   | Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30 | 100        | <b>34,03</b> | 141          | 10,5         | 8,16         | 10,4        |
|            | гарнир       | 312   | Пюре картофельное                       | 150        | <b>13,58</b> | 138          | 3,13         | 4,5          | 21,1        |
|            | хлеб         |       | Хлеб пшеничный                          | 30         | <b>2,07</b>  | 70,80        | 2,28         | 0,24         | 14,80       |
|            | хлеб         |       | Хлеб ржаной                             | 20         | <b>1,58</b>  | 40,20        | 1,36         | 0,30         | 8,00        |
|            | пром. пр-во  | 14    | Масло сливочное                         | 10         | <b>8,83</b>  | 66,20        | 0,10         | 7,25         | 0,10        |
|            | гор.напиток  | 377   | Чай с сахаром и лимоном                 | 222        | <b>3,52</b>  | 57,6         | 0,44         | 0,00         | 13,90       |
|            | <b>итого</b> |       |   | <b>532</b> | <b>63,61</b> | <b>513,8</b> | <b>17,81</b> | <b>20,45</b> | <b>68,3</b> |

\* 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 07.12.2022**

для учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел       | №реп. | Блюдо                  | Выход, г   | Цена         | Ккал         | белки        | жиры         | углеводы     |
|------------|--------------|-------|------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|            | закуска      | 71    | Овощи свежие (помидор) | 60         | <b>2,85</b>  | 14,4         | 0,66         | 0,1          | 2,28         |
| завтрак    | гор. блюдо   | 210   | Омлет натуральный      | 111        | <b>33,61</b> | 180,00       | 12,70        | 15,20        | 2,13         |
|            | хлеб         |       | Хлеб пшеничный         | 30         | <b>2,17</b>  | 70,8         | 2,28         | 0,24         | 14,8         |
|            | сл.блюдо     | 338   | Фрукты свежие (яблоко) | 130        | <b>10,40</b> | 61,1         | 0,52         | 0,52         | 11,44        |
|            | пром. пр-во  | 14    | Масло сливочное        | 10         | <b>8,83</b>  | 66,20        | 0,10         | 7,25         | 0,14         |
|            | сл.блюдо     | 349   | Компот из сухофруктов  | 200        | <b>5,75</b>  | 117          | 0,45         | 0,00         | 28,90        |
|            | <b>итого</b> |       |                        | <b>541</b> | <b>63,61</b> | <b>509,5</b> | <b>16,71</b> | <b>23,31</b> | <b>59,69</b> |

\* 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 напитков (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства  Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию  Алексеева Е.А.





**Меню на 08.12.2022**  
для учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел       | №реп. | Блюдо                                   | Выход,г    | Цена         | Ккал          | белки        | жиры         | углеводы     |
|------------|--------------|-------|---|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| завтрак    | гор. блюдо   | 173   | Каша вязкая молочная из пшена 200/10/10 | 220        | 22,20        | 328           | 11,83        | 11           | 48,5         |
|            | хлеб         |       | Хлеб пшеничный                          | 30         | 2,17         | 70,8          | 2,28         | 0,24         | 14,7         |
|            | сл.блюдо     | 338   | Яблоко свежее                           | 130        | 10,40        | 61,1          | 0,52         | 0,52         | 11,44        |
|            | пром. пр-во  | 14    | Масло сливочное                         | 10         | 8,83         | 66,2          | 0,1          | 7,25         | 0,1          |
|            | пром. пр-во  | 15    | Сыр Российский                          | 17         | 16,49        | 61,54         | 3,91         | 3,4          | 0            |
|            | гор.напиток  | 377   | Чай с сахаром и лимоном                 | 222        | 3,52         | 57,6          | 0,44         | 0,00         | 13,90        |
|            | <b>итого</b> |       |   | <b>629</b> | <b>63,61</b> | <b>645,24</b> | <b>19,08</b> | <b>22,41</b> | <b>88,64</b> |

\* 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 09.12.2022**

для учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел       | №реп. | Блюдо                                 | Выход, г   | Цена         | Ккал         | белки        | жиры         | углеводы     |
|------------|--------------|-------|---------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| завтрак    | гор. блюдо   | 384   | Каша вязкая манная молочная 200/10/10 | 220        | <b>21,46</b> | 333,00       | 9,20         | 11,60        | 48,00        |
|            | хлеб         |       | Хлеб пшеничный                        | 30         | <b>2,17</b>  | 70,80        | 2,28         | 0,24         | 14,80        |
|            | сл.блюдо     | 338   | Яблоко свежее                         | 130        | <b>10,40</b> | 61,1         | 0,52         | 0,52         | 11,44        |
|            | пром. пр-во  | 14    | Масло сливочное                       | 10         | <b>8,83</b>  | 66,20        | 0,10         | 7,25         | 0,10         |
|            | пром. пр-во  | 15    | Сыр Российский                        | 19         | <b>18,83</b> | 72,4         | 4,6          | 5,8          | 0            |
|            | гор. напиток | 376   | Чай с сахаром 200/15                  | 215        | <b>1,92</b>  | 56,00        | 0,33         | 0,00         | 13,70        |
|            | <b>итого</b> |       |                                       | <b>624</b> | <b>63,61</b> | <b>659,5</b> | <b>17,03</b> | <b>25,41</b> | <b>88,04</b> |


\* 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 05.12.2022**

для учащихся льготных категорий

| прием пищи | раздел  | №рец. | Блюдо                       | Выход, г   | Цена         | Ккал          | белки        | жиры         | углеводы      |
|------------|---------|-------|-----------------------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| обед       | 1 блюдо | 101   | Суп картофельный с горохом  | 250        | <b>5,97</b>  | 162           | 5,25         | 5,27         | 23,5          |
|            | 2блюдо  | 294   | Биточки из пшеницы с соусом | 100        | <b>28,14</b> | 227           | 11,1         | 15           | 13            |
|            | гарнир  | 309   | Макароны отварные           | 150        | <b>9,01</b>  | 190,89        | 5,18         | 3,7          | 34,22         |
|            | хлеб    |       | Хлеб пшеничный              | 25         | <b>1,78</b>  | 70,8          | 2,28         | 0,24         | 14,7          |
|            | хлеб    |       | Хлеб ржаной                 | 20         | <b>1,58</b>  | 40,20         | 1,36         | 0,30         | 8,00          |
|            | напиток | 377   | Чай с сахаром и лимоном     | 222        | <b>3,52</b>  | 57,60         | 0,44         | 0,00         | 13,90         |
|            | итого   |       |                             | <b>767</b> | <b>50,00</b> | <b>748,49</b> | <b>25,61</b> | <b>24,51</b> | <b>107,32</b> |

\* 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 06.12.2022**

для учащихся льготной категории

| прием пищи | раздел       | №реп.   | Блюдо                       | Выход, г   | Цена         | Ккал          | белки        | жиры         | углеводы     |
|------------|--------------|---------|-----------------------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
|            | 1блюдо       | 99      | Суп из овощей               | 250        | <b>8,81</b>  | 91,00         | 3,00         | 4,20         | 10,20        |
| обед       | 2блюдо       | 234/330 | Птица тушеная в соусе 50/50 | 100        | <b>24,59</b> | 205           | 13,1         | 15,9         | 3,36         |
|            | гарнир       | 302     | Каша пшеничная рассыпчатая  | 150        | <b>10,75</b> | 208           | 3,7          | 4,2          | 39,8         |
|            | хлеб         |         | Хлеб пшеничный              | 30         | <b>2,17</b>  | 70,8          | 2,28         | 0,24         | 14,7         |
|            | хлеб         |         | Хлеб ржаной                 | 22         | <b>1,76</b>  | 40,20         | 1,36         | 0,30         | 8,00         |
|            | напиток      | 376     | Чай с сахаром 200/15        | 215        | <b>1,92</b>  | 56            | 0,32         | 0            | 13,7         |
|            | <b>итого</b> |         |                             | <b>767</b> | <b>50,00</b> | <b>671,00</b> | <b>23,76</b> | <b>24,84</b> | <b>89,76</b> |

\* 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 07.12.2022**

для учащихся льготных категорий

| прием пищи | раздел       | №реп. | Блюдо                        | Выход, г      | Цена         | Ккал          | белки        | жиры         | углеводы     |
|------------|--------------|-------|------------------------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| обед       | закуска      | 70    | Огурец соленый               | 60            | 10,35        | 6,4           | 0,55         | 0,06         | 1,02         |
|            | 1 блюдо      | 84    | Борщ с капустой и картофелем | 250           | 6,45         | 110,00        | 1,69         | 4,91         | 14,80        |
|            | 2блюдо       | 291   | Плов из птицы 50/100         | 150           | 25,93        | 335,00        | 14,50        | 17,00        | 25,50        |
|            | хлеб         |       | Хлеб пшеничный               | 30            | 2,17         | 70,80         | 2,28         | 0,24         | 14,80        |
|            | хлеб         |       | Хлеб ржаной                  | 20            | 1,58         | 40,20         | 1,36         | 0,30         | 8,00         |
|            | напиток      | 377   | Чай с сахаром и лимоном      | 222           | 3,52         | 57,60         | 0,44         | 0,00         | 13,90        |
|            | <b>итого</b> |       |                              | <b>732,00</b> | <b>50,00</b> | <b>620,00</b> | <b>20,82</b> | <b>22,51</b> | <b>78,02</b> |

\* 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 08.12.2022**

для учащихся льготных категорий

| прием пищи | раздел       | №реп. | Блюдо                               | Выход,г | Цена         | Ккал         | белки         | жиры         | углеводы     |
|------------|--------------|-------|-------------------------------------|---------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| обед       | 1 блюдо      | 98    | Суп крестьянский с пшеничной крупой | 250     | <b>5,43</b>  | 119,00       | 1,88          | 7,10         | 11,70        |
|            | 2блюдо       | 294   | Котлеты из птицы с соусом 70/30     | 100     | <b>28,14</b> | 227,00       | 11,10         | 15,00        | 1,30         |
|            | гарнир       | 309   | Макароны отварные                   | 150     | <b>9,01</b>  | 190,89       | 5,18          | 3,70         | 34,32        |
|            | хлеб         |       | Хлеб пшеничный                      | 30      | <b>2,17</b>  | 66,08        | 2,13          | 0,22         | 13,80        |
|            | хлеб         |       | Хлеб ржаной                         | 22      | <b>1,73</b>  | 40,20        | 1,36          | 0,30         | 8,00         |
|            | напиток      | 377   | Чай с сахаром и лимоном             | 222     | <b>3,52</b>  | 57,60        | 0,44          | 0,00         | 13,90        |
|            | <b>итого</b> |       |                                     |         | <b>774</b>   | <b>50,00</b> | <b>700,77</b> | <b>22,09</b> | <b>26,32</b> |

\* 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 09.12.2022**

для учащихся льготных категорий

| прием пищи | раздел  | №рец. | Блюдо                                   | Выход, г | Цена  | Ккал   | белки | жиры  | углеводы |
|------------|---------|-------|---|----------|-------|--------|-------|-------|----------|
| обед       | 1 блюдо | 101   | Суп картофельный с рисом                | 250      | 6,08  | 103,00 | 2,72  | 2,88  | 16,60    |
|            | 2блюдо  | 234   | Биточки рыбная из минтая с соусом 70/30 | 100      | 23,02 | 213    | 8,08  | 15    | 11,7     |
|            | гарнир  | 302   | Каша пшеничная                          | 150      | 10,75 | 203,00 | 6,00  | 3,90  | 36,00    |
|            | хлеб    |       | Хлеб пшеничный                          | 30       | 2,17  | 70,80  | 2,28  | 0,24  | 14,80    |
|            | хлеб    |       | Хлеб ржаной                             | 24       | 1,92  | 40,20  | 1,36  | 0,30  | 8,00     |
|            | напиток | 342   | Компот из яблок свежих                  | 200      | 6,06  | 102,00 | 0,12  | 0,10  | 25,20    |
|            | итого   |       |   | 754,00   | 50,00 | 732,00 | 20,56 | 22,42 | 112,30   |

\* 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.