



Меню на 26.09.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.пр-во	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,96	139,00	3,80	3,04	24,00
	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы 200/10/10	220	29,50	302,00	13,00	8,13	76,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	25	2,02	50,25	1,7	0,33	9,95
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			615	63,61	689,35	21,4	19,51	136,46

* 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 27.09.2022

для учащихся 1-4 классов

присм пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	пром. пр-во	14	Масло сливочное порционное	10	8,64	66,2	0,1	7,25	0,14
завтрак	пром. пр-во	15	Сыр Российский порционный	12	12,06	47,6	2,99	2,6	0
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	222	3,78	57,5	0,44	0	13,98
	гор. блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущеным	170	28,64	366	10,8	4,75	70,10
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			574	63,61	669,2	17,13	15,36	110,46

* 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

* 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 28.09.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,64	75	0,1	8,2	0,1
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,05	56	0,32	0	13,7
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	29,6	186	12,7	15,20	5,60
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	74	2,05	0,8	12,2
	фрукты	338	Фрукты свежие (груша)	140	21,15	119	0,56	0,14	26,9
	итого			506	63,61	510	15,73	24,34	58,5

* 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

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

* 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 29.09.2022
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,64	75	0,1	8,2	0,1
	пром. пр-во	15	Сыр Российский	16	16,01	61,54	3,91	3,4	0
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,05	56	0,32	0	13,7
	гор. блюдо	289	Рагу из птлицы	175	26,42	185,41	16,56	6,74	24,73
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,23	0,3	14,8
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			576	63,61	509,85	23,64	19,16	64,77

- * 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 30.09.2022

для учащихся 1-4 классов

присм пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром. пр-во	14	Масло сливочное	10	8,64	75	0,1	8,2	0,14
	пром. пр-во	15	Сыр Российский	17	17,41	61,54	3,91	3,4	0
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	222	3,78	57,5	0,44	0	13,98
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес" 200/10/10	220	23,29	280	6,6	8,90	39,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	8,32	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			629	63,61	605,94	13,85	21,26	79,56

* 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

* Свежие фрукты и овощи могут меняться в соответствии с сезонностью

* 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 26.09.2022

для учащихся льготных категорий

прием нищи	раздел	Нерен.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Огурец свежий	60	5,79	6,60	0,42	0,06	1,14
	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты	250	5,78	80,60	1,70	4,40	7,45
	2блюдо	290	Птица тушенная в соусе томатном 50/50	100	23,58	205,00	12,60	11,00	1,68
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	10,63	203,00	6,00	3,86	36,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	376	Чай с сахаром	215	2,05	56,00	0,32	0,00	13,70
				805	50,00	622,00	23,32	19,56	74,77

Зав.производства Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию Алексеева Е.А.



Меню на 27.09.2022
для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реци.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
				60	4,42	2,2	0,14	0,02	0,38
	закуска	71	Помидор свежий	250	9,00	134	7,25	4,92	20
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с рисом	175	26,42	280	16,6	16,20	16
	2 блюдо	289	Рагу из цыплят	30	2,17	59,4	0,24	0,03	11,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,07	40,2	1,36	0,00	8
	хлеб		Хлеб ржаной	200	5,92	117,00	0,45	0,00	28,90
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	745,00	50,00	632,80	26,04	21,17	85,18
	итого								

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

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



Меню на 28.09.2022
для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	Нерез.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Огурец свежий	60	5,57	6,60	0,42	0,06	1,14
	1 блюдо	99	Суп из овощей	250	8,3	114	2,01	6,20	12,5
	2блюдо	291	Плов из пшны	150	27,95	315	14,5	17,00	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,30	8
	напиток	1043	Напиток яблочный	200	4,43	56,00	0,32	0,00	13,70
				710,00	50,00	602,60	20,89	23,80	75,54

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 29.09.2022

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№репц	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	5,74	172	1,69	10,98	19,76
	2блюдо	234	Котлета рыбная из минтая с соусом 70/30	100	23,05	238	11,7	5,28	10,5
	гарнир	304	Рис отварной	150	13,48	159	3,76	1,72	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,05	0,8	12,2
	хлеб		Хлеб ржаной	25	1,78	40,2	1,36	0,30	8
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,78	57,50	0,44	0,00	13,98
	итого			777,00	50,00	737,50	21,00	19,08	89,94

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.



Меню на 30.09.2022
для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	Норщ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	5,64	96,8	1,5	5,3	10,85
	2блюдо	294	Котлета из птицы с соусом 70/30	100	30,92	141	10,5	8,16	10,4
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,24	190,89	5,18	3,70	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,15	94,4	3,04	0,32	19,7
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,05	57,50	0,44	0,00	13,98
					745,00	50,00	580,59	20,66	17,48

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Ответственный по питанию _____ Алексеева Е.А.