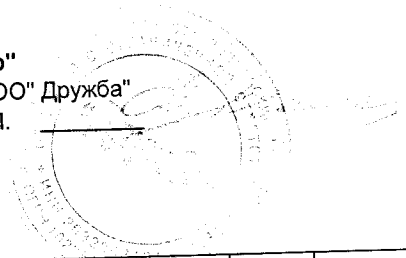


"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

06.03.2025  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов



прием пи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК210	Омлет натуральный с горошком консервированным	150	55,54	302	15,8	20,1	2,13
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	145	16,28	68,15	0,58	0,58	14,2
	итого завтрак				540	76,72	508,85	19,97	22,08

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №81  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

06.03.2025

Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Огурец свежий	35	12,41	5,2	0,32	0,04	0,68
	1 блюдо	96	Рассольник по-Петербургски	250	10,11	134,00	2,00	5,10	20,00
	2блюдо	ТТК№294	Котлета рубленая из птицы	100	51,20	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,06	242,00	8,57	5,90	38,70
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	5,57	117	0,48	0,1	28,9
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	98,6	3,9	1,6	15,7
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,32	0,22	9,88
	итого			785	101,12	892,20	32,59	27,16	128,06
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,88	96,00	0,00	0,00	24,00
	конд. Изд		Конфета вафельная "Амаре"	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
	итого			245	68,88	201,30	2,25	12,60	51,90

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

06.03.2025

Меню  
учащихся 5-11 классов

прием пи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК210	Омлет натуральный с горошком консервированным	150	55,54	302	15,8	20,1	2,13
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	68,15	0,58	0,58	14,2
	итого завтрак			525	75,00	508,85	19,97	22,08	43,13
закуска		71	Огурец свежий	30	10,34	5,2	0,32	0,04	0,68
	1 блюдо	96	Рассольник по-Петербургски	250	10,11	134,00	2,00	5,10	20,00
Обед	2блюдо	ТТК№294	Котлета рубленая из птицы	100	51,20	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,06	242,00	8,57	5,90	38,70
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	5,57	117	0,48	0,1	28,9
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	98,6	3,9	1,6	15,7
	итого			760	97,00	845,80	31,27	26,94	118,18
полдник	конд. Изд		Конфета вафельная "Амаре"	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
	итого			45	48,00	105,30	2,25	12,60	27,90
	всего за день				220,00	1459,95	53,49	61,62	189,21

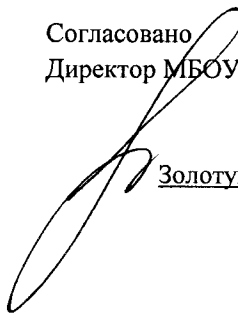
Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Марьева Т.П.

  
Золотухина Т.А.

**Меню на 06.03.2025**  
для учащихся СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК210	Омлет натуральный с горошком консервированным	150	61,48	302,00	15,80	20,10	2,13
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,63	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	3,03	46,40	1,12	0,22	9,88
		338	Фрукты свежие (яблоко)	150	16,80	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				592	88,66	549,20	21,09	22,24	50,45

\*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  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

**Меню на 06.03.2025**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210 Омлет натуральный	150	51,92	302,00	15,80	20,10	2,13
	гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	26	2,64	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за завтрак			<b>428</b>	<b>61,00</b>	<b>488,10</b>	<b>20,57</b>	<b>21,72</b>	<b>29,13</b>

\*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

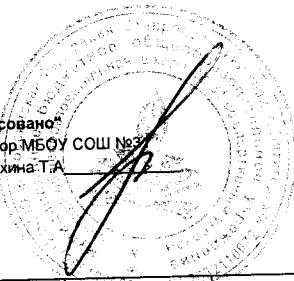
\*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

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

Зав.производства Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию Потапова А.В.

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №3  
Золотухина Т.А.



"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

10.03.2025  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход,	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	220	38,35	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	151	16,86	71,44	0,61	0,61	14,9
		14	Масло сливочное	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	Итого			626	76,72	604,34	7,40	19,46	94,74

\*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

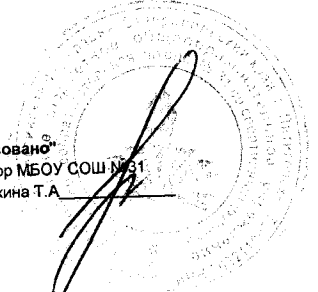
\*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

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

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.



"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

10.03.2025  
Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Огурец свежий	60	20,16	6,6	0,7	0,1	1,14
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	11,27	110,00	1,69	4,90	14,80
	2блюдо	294	Котлета рубленая из птицы с маслом	105	59,51	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,06	242	8,57	5,9	38,7
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	38	3,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	30	3,08	46,40	1,12	0,22	9,88
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	20,62	113	0,18	0,16	27,7
	итого			833	135,10	849,20	31,47	26,88	119,52
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,59	96	0	0	24
	конд.издел.		Бисквит "ЧокоПай"	30	14,31	129	1,3	5,4	18,9
	Итого			230	34,90	225,00	1,30	5,40	42,90

- \*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. производством (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

10.03.2025  
Меню  
учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	220	38,35	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				605	74,42	594,00	7,31	19,37
закуска		71	Огурец свежий	53	18,04	5,94	0,38	0,05	1,03
Обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	11,27	110,00	1,69	4,90	14,80
	2блюдо	294	Котлета рубленная из птицы с маслом	105	59,51	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,06	242	8,57	5,9	38,7
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,12	0,22	9,88
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	20,62	113	0,18	0,16	27,7
	итого				808	131,27	848,54	31,15	26,83
полдник									
	конд.издел.		Бисквит "ЧокоПай"	30	14,31	129	1,3	5,4	18,9
	Итого			30	14,31	129,00	1,30	5,40	18,90
	всего за день			1443	220,00	1571,54	39,76	51,60	229,59

\*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

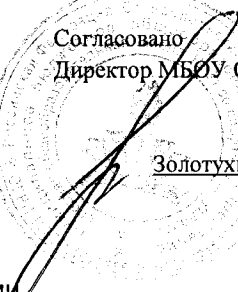
Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

  
Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31  
  
Золотухина Т.А.

**Меню на 10.03.2025**  
для учащихся льготной категории

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из риса	220	38,35	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,12	0,22	9,88
		14	Масло сливочное крестьянское	10	15,70	66,20	0,10	7,25	0,14
<b>Итого за завтрак</b>				<b>495</b>	<b>61,00</b>	<b>579,30</b>	<b>7,91</b>	<b>19,07</b>	<b>89,72</b>

\*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

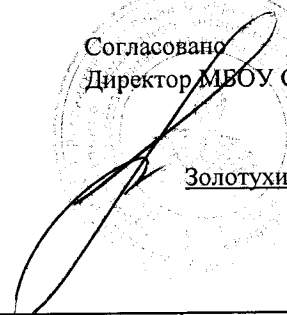
Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

  
Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Золотухина Т.А.

**Меню на 10.03.2025**  
для учащихся СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из риса	220	38,35	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр российский порционно	12	14,24	36,20	2,30	2,90	0,00
	14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14	
<b>Итого за завтрак</b>				<b>617</b>	<b>88,66</b>	<b>630,20</b>	<b>9,61</b>	<b>22,27</b>	<b>91,28</b>

\*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  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №33  
Золотухина Т.А.

"Утверждено"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

11.03.2025  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК225	Запеканка из творога с яблочным соусом 120/30	150	56,07	306,40	10,50	4,68	55,5
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,14	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	141	15,75	65,8	0,56	0,56	13,7
	итого			536	76,72	510,90	14,65	6,38	96,00

\*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

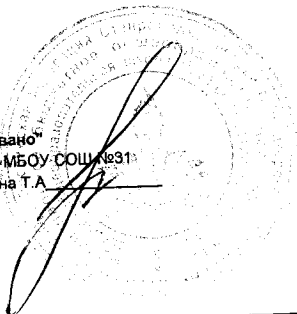
\*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

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

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.



"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

11.03.2025  
Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
Обед				250	9,78	162,00	5,25	9,37	5,27
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	100	101,70	196,00	14,00	14,40	2,72
	2блюдо	260	Гуляш из говядины 50/50	150	13,02	198,00	5,54	4,34	34,2
	гарнир	309	Макароны отварные	200	5,57	117	0,45	0	28,9
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	31	2,85	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	731	132,92	755,20	28,45	29,25	84,19
	итого								
полдник				200	20,59	96,00	0,00	0,00	24,00
	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	50	16,49	181	3,19	5,5	29,8
	Муч.изд.	415	Крендель сахарный	250	37,08	277,00	3,19	5,50	53,80
	итого								

\*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. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

11.03.2025

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак				150	56,07	306,40	10,50	4,68	55,5
	гор.блюдо	ТТК225	Запеканка из творога с яблочным соусом 120/30	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	30	2,72	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	105	11,71	51,7	0,4	0,4	10,8
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	500	72,68	496,80	14,49	6,22	93,10
итого									
Обед				200	7,82	162,00	5,25	9,37	5,27
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	100	101,70	196,00	14,00	14,40	2,72
	2блюдо	260	Гуляш из говядины 50/50	150	13,02	198,00	5,54	4,34	34,2
	гарнир	309	Макароны отварные	200	5,57	117	0,45	0	28,9
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	30	2,72	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	680	130,83	755,20	28,45	29,25	84,19
итого									
полдник				50	16,49	181	3,19	5,5	29,8
	Муч.изд.	415	Крендель сахарный	50	16,49	181,00	3,19	5,50	29,80
	итого								
					220,00	1433,00	46,13	40,97	207,09
	всего за день								

\*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

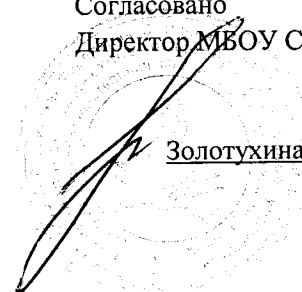
Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питан \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

  
Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Золотухина Т.А.

**Меню на 11.03.2025**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225 Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,07	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,75	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за завтрак			395	61,00	445,1	14,09	6,08	82,3

\*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

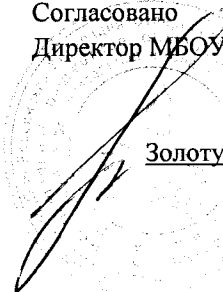
Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Марьева Т.П.

  
Золотухина Т.А.

**Меню на 11.03.25**  
для учащихся СВО

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога со сгущ. молоком	150	69,03	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	32	2,89	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				<b>527</b>	<b>88,66</b>	<b>506,2</b>	<b>14,61</b>	<b>6,6</b>	<b>93,74</b>

\*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  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

12.03.2025

Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак				150	37,34	245,00	9,80	11,90	24,70
	гор.блюдо	ТТК 204	Макароны отварные с сыром	222	4,36	57,50	0,44	0,00	13,90
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	40	3,63	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб		Хлеб пшеничный	132	14,78	62,04	0,53	0,53	12,9
		338	Фрукты свежие (яблоко)	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		14	Масло сливочное крестьянское	554	76,72	512,94	14,08	20,82	64,74
	итого								

\*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

\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И.

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)



"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №27  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

12.03.2025  
Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак									
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	10,26	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	64,11	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	18,50	208	3,74	4,2	39
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	31	2,83	82,20	3,21	1,14	13,10
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,71	106	0,12	0,21	25,2
итого			731	101,41	688,20	21,87	23,54	94,58	
полдник				200	20,59	96,00	0,00	0,00	24,00
	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
	конд.издел		Конфета вафельная "Амаре"	45	68,59	105,3	2,25	12,6	27,9
итого									

- \*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
- \*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И.

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

12.03.2025

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 204	Макароны отварные с сыром	150	37,34	245,00	9,80	11,90	24,70
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,36	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,63	82,20	3,21	1,14	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	7	10,81	4,34	0,00	5,08	0,10
	итого			549	70,70	450,14	7,00	18,64	63,24
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	10,26	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	64,11	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	18,50	208	3,74	4,2	39
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,14	13,10
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,71	106	0,12	0,21	25,2
	итого			730	101,30	688,20	21,87	23,54	94,58
полдник									
	конд.издел		Конфета вафельная "Амаре"	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
	итого			45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
	всего за день			1324	220,00	1243,64	31,12	54,78	185,72


Зав. производством

(Ильинов А.Н.)

Отв по питанию

(Потапова А.В.)

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

  
Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Золотухина Т.А.

**Меню на 12.03.2025**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	37,34	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,33	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
<b>итого за завтрак</b>				<b>412</b>	<b>61,00</b>	<b>450,90</b>	<b>13,55</b>	<b>20,55</b>	<b>51,84</b>

\*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

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

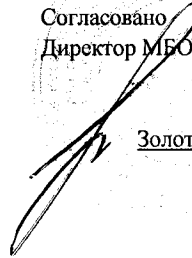
Зав.производства  Ильин А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

  
Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Золотухина Т.А.

**Меню на 12.03.2025**  
для учащихся СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	37,34	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,36	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		70	Огурец соленый	42	13,07	8,1	0,66	0,06	1,34
	14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>584</b>	<b>88,66</b>	<b>520,10</b>	<b>14,73</b>	<b>21,13</b>	<b>64,62</b>	

\*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  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

13.03.2025  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	45,23	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		70	Овощи соленые (огурец)	60	12,03	8,1	0,55	0,06	1,34
	итого				585	76,72	533,90	20,06	19,78

\*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. производством

(Ильинов А.Н.)

Отв по питанию

(Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

13.03.2025  
Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Норм.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Огурец свежий	57	19,04	6,27	0,4	0,06	1,08
	1 блюдо	97	Суп картофельный с макаронами	250	10,84	137,00	2,95	5,20	19,60
	2 блюдо	290	Тефтели из говядины 60/50	110	49,61	198,40	14,70	13,20	4,77
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	25,14	138	3,13	4,5	21,2
	сладкое	348	Компот из сушеных плодов (курага)	200	12,68	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,63	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	3,08	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			837	124,02	734,27	26,28	24,62	96,93
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,59	96,00	0,00	0,00	24,00
	муч.изделие	426	Булочка с повидлом "Обсыпная"	70	25,39	263	4,48	8,75	41,7
	итого			270	45,98	359,00	4,48	8,75	65,70

\*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. производством  (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию  (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №37  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

13.03.2025  
Меню  
учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	45,23	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		70	Овощи соленые (огурец)	60	12,03	8,1	0,55	0,06	1,34
	итого			585	76,72	533,90	20,06	19,78	65,58
Обед	закуска	71	Огурец свежий	43	14,85	3,4	0,2	0,03	0,6
	1 блюдо	97	Суп картофельный с макаронами	250	10,84	137,00	2,95	5,20	19,60
	2блюдо	290	Тефтели из говядины 60/50	110	49,61	198,40	14,70	13,20	4,77
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	25,14	138	3,13	4,5	21,2
	сладкое	348	Компот из сушеных плодов (курага)	200	12,68	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			803	117,89	731,40	26,08	24,59	96,45
полдник	муч.изделие	426	Булочка с повидлом "Обсыпная"	70	25,39	376	6,4	12,5	59,6
	итого			70	25,39	263	4,48	8,75	41,7
	всего за день			1458	220,00	1528,30	50,62	53,12	203,73

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

**Меню на 13.03.2025**  
для учащихся СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергет ическая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	45,23	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,36	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,63	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	29	2,94	46,40	1,12	0,22	9,88
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
	70	Овощи солёные(огурец)	60	17,94	8,10	0,66	0,06	1,34	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>631</b>	<b>88,66</b>	<b>581,30</b>	<b>21,35</b>	<b>20,00</b>	<b>75,66</b>	

\*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)

Зав.производства  Ильинов А.Н.

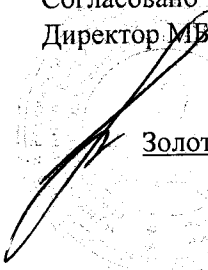
Ответственный по питанию  Потапова А.В.



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

  
Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Золотухина Г.А.

**Меню на 13.03.2025**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	калорийная ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291 Плов из птицы	150	45,23	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		70 Овощи солёные(огурец)	34	10,87	8,10	0,55	0,06	1,34
<b>Итого за завтрак</b>			<b>429</b>	<b>61,00</b>	<b>472,80</b>	<b>19,54</b>	<b>19,26</b>	<b>54,14</b>

\*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 напитков (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок)

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

14.03.2025  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	181	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	41,00	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,21	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				585	76,72	529,00	9,71	18,77

\*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. производством \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №61  
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"  
Марьева Т.П.

14.03.2025

Меню

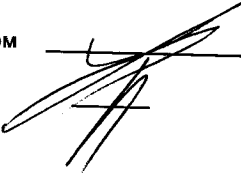
учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	181	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	41,00	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				585	77,07	529,00	9,71	18,77
обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурец)	55	16,46	6,2	0,44	0,06	0,94
	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом	250	10,90	138	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	294	Биточки из птицы с маслом 100/5	105	59,51	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,06	242	8,56	5,9	39,5
	сладкое	352	Компот из свежих яблок	200	7,66	113	0,18	0,16	27,7
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого				810	116,36	876,80	32,18	27,26
полдник	конд.изд.		Конфета вафельная "Обыкновенное чудо"	30	26,57	129	1,3	5,4	18,9
				30	26,57	129,00	1,30	5,40	18,90
	всего за день			1425	220,00	1534,80	43,19	51,43	221,00

\*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

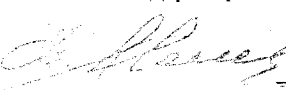
\*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

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

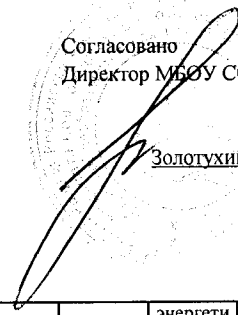
Зав. производством  (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию  (Потапова А.В.)

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

  
Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Золотухина Т.А.

**Меню на 14.03.2025**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	41,00	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	125	14,01	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	15	Сыр российский порционно	10	12,14	36,20	2,30	2,9	0	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>590</b>	<b>88,66</b>	<b>565,20</b>	<b>12,01</b>	<b>21,67</b>	<b>76,98</b>	

\*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

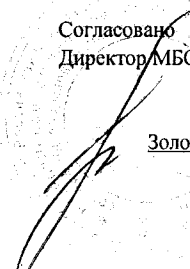
Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

  
Марьева Т.П.

  
Золотухина Т.А.

**Меню на 14.03.2025**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	41,00	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	36	3,26	82,20	3,21	1,40	13,10
	338		Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
<b>Итого за завтрак</b>				<b>581</b>	<b>61,00</b>	<b>462,80</b>	<b>9,61</b>	<b>11,52</b>	<b>76,84</b>

\*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  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.