

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №31
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"

Директор ООО "Дружба"
Марьева Т.П.

16.04.2025

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,89	280,00	6,20	10,90	39,2
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,23	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	26	2,67	64,96	1,57	0,31	13,8
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	Итого			638	76,72	611,96	12,04	20,38	91,58

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в компоте фрукты свежие заменены сухофруктами

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.

16.04.2025

Меню

учащихся 1-4 классов

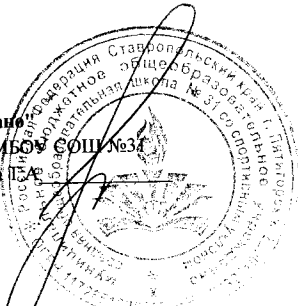
прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	калории	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Огурец свежий	30	10,34	3,3	0,2	0,03	0,57
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	11,50	162	5,25	5,27	23,3
	2блюдо	ТТК 293	Куры запеченные	100	64,06	191	27,40	8,90	0,54
	гарнир	305	Рис припущенный	150	18,96	208	3,70	4,20	39,80
	напиток	348	Компот из чернослива	200	13,32	135	0,48	0,1	33
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,4	1,12	0,22	9,88
	Итого			780	122,95	827,90	41,36	20,12	120,19
полдник	конд.изделие		Конфета вафельная"Обыкновенное чудо"	30	26,57	132	12	0,4	12,8
	напиток		Сок фруктовый	200	20,48	96,00	0,00	0,00	24,00
	итого			230	47,05	228,00	12,00	0,40	36,80

Согласно приложению № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 в компоте фрукты свежие заменены сухофруктами

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Потапова А.В.)

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



"Утверждаю"
Директор ООО
Марьева Т.П.



16.04.2025
Меню
учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,89	280,00	6,20	10,90	39,2
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,23	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	61,1	0,51	0,51	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	8	13,04	52,90	0,08	5,80	0,11
	Итого			610	70,48	533,70	10,44	18,61	77,75
Обед	закуска	71	Огурец свежий	30	10,34	3,3	0,2	0,03	0,57
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	11,50	162	5,25	5,27	23,3
	2блюдо	ТТК 293	Куры запеченные	100	64,06	191,00	27,40	8,90	0,54
	гарнир	305	Рис припущенный	150	18,96	208,00	3,70	4,20	39,80
	напиток	348	Компот из чернослива	200	13,32	135	0,48	0,1	33
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	12,17	1,12	0,22	9,88
	Итого			780	122,95	793,67	41,36	20,12	120,19
полдник	конд.изделие		Конфета вафельная "Обыкновенное чудо"	30	26,57	132	12	0,4	12,8
	итого			30	26,57	132,00	12,00	0,40	12,80
	всего за день				220,00	1459,37	63,80	39,13	210,74

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в компоте фрукты свежие заменены сухофруктами

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

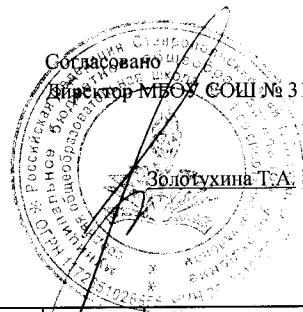
Отв по питанию _____ (Потапова А.В.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



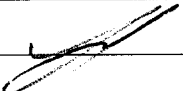
Майорова Т.П.

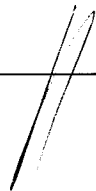
Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

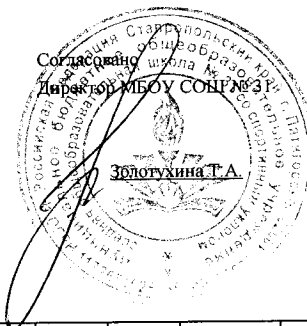


Меню на 16.04.2025г
для учащихся СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	173 Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,89	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	4,23	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	61,10	0,52	0,52	11,44
		14 Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		15 Сыр "Российский" (порциями)	12	14,61	50,68	3,22	4,06	0,00
итого за завтрак			624	88,66	597,68	13,69	24,13	77,78

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.



Меню 16.04.2025г
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 овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,89	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,06	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	12,00	61,10	0,50	0,50	11,00
		14	Масло сливочное крестьянское	6	9,33	66,20	0,10	7,25	0,14
итого за завтрак				571	61,00	546,00	10,39	20,05	77,14

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.

17.04.2025

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК210	Омлет натуральный с горошком консервированным	150	54,89	302	15,8	20,1	2,13
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,06	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)	142	17,05	68,15	0,58	0,58	14,2
	итого завтрак			537	76,72	508,85	19,97	22,08	43,13

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.А.

17.04.2025

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Помидор свежий	50	19,93	12	0,55	0,1	1,9
	1 блюдо	96	Рассольник по-Петербургски	250	11,15	134,00	2,00	5,10	20,00
	2блюдо	ТТК№294	Котлета рубленая из птицы	100	48,83	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,82	242	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	40	3,63	109,6	4,28	1,8	17,4
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	30	3,08	69,6	1,7	0,33	14,8
	итого			820	109,01	933,20	33,58	27,53	135,90
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,48	96,00	0,00	0,00	24,00
	конд. Изд		Конфета вафельная "Амаре"	45	40,51	105,3	2,25	12,6	27,9
	итого			245	60,99	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.

17.04.2025

Меню
учащихся 5-11 классов

прием пи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК210	Омлет натуральный с горошком консервированным	150	54,89	302	15,8	20,1	2,13
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,06	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)	142	17,05	65,8	0,56	0,56	13,7
	итого завтрак			537	76,72	506,50	19,95	22,06	42,63
	закуска	71	Помидор свежий	38	15,63	9,12	0,42	0,08	1,44
	1 блюдо	96	Рассольник по-Петербургски	250	11,15	134,00	2,00	5,10	20,00
Обед	2блюдо	ТТК№294	Котлета рубленая из птицы	100	48,83	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,82	242	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	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			788	102,77	896,12	32,49	27,20	128,82
полдник	конд. Изд		Конфета вафельная "Амаре"	45	40,51	105,3	2,25	12,6	27,9
	итого			45	40,51	105,30	2,25	12,60	27,90
	всего за день				220,00	1507,92	54,69	61,86	199,35

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Потапова А.В.)

Утверждаю

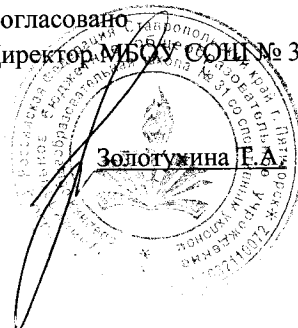
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Е.А.

Меню на 17.04.2025

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	54,89	302,00	15,80	20,10	2,13
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	18,94	139,00	3,80	3,04	24,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	100	12,11	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				480	88,66	584,30	23,33	25,06	50,67

*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 ООШ "Дружба"



Мавыева Т.П.

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

Меню на 17.04.2025

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	151	42,86	302,00	15,80	20,10	2,13
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,06	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Яблоко свежее	111	13,36	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				507	61,00	501,80	19,91	22,02	40,37

*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.

18.04.2025
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 293	Птица тушенная в соусе с овощами	150	51,01	354	24	18	24
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,23	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,63	109,6	4,28	1,8	17,4
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	22	2,25	48,72	1,18	0,23	10,4
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	15,60	61,1	0,51	0,51	11,44
	итого			564	76,72	630,92	30,41	20,54	77,14

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в компоте сухофрукты заменены фруктами свежими

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Потапова А.В.)

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

18.04.2025

Меню
учащихся 1-4 классов

"Утверждаю"
Директор ООО
Марьева Т.П.



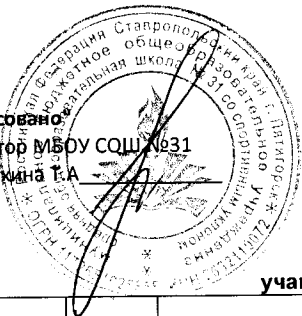
прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Огурец свежий	55	18,61	5,94	0,38	0,05	1,03
	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	13,29	138,00	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	279	Тефтели из говядины с соусом 60/50	110	50,73	194,00	8,5	13,6	9,41
	гарнир	309	Макароны отварные	150	13,01	191	5,5	3,8	33,8
	сладкое	348	Компот из кураги	200	12,68	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,32	0,22	9,88
	итого			815	113,09	783,54	22,35	24,43	114,32
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,48	96,00	0,00	0,00	24,00
	муч.издел.	338	Булочка "Обсыпная"	100	36,43	376	6,4	12,5	59,6
					56,91	472,00	6,40	12,50	53,80

Согласно приложению № 11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 в компоте сухофрукты заменены фруктами свежими

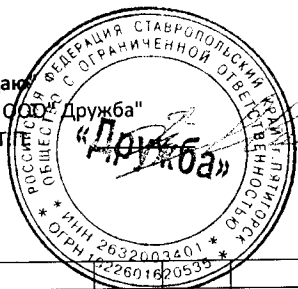
Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Потапова А.В.)

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



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



18.04.2025

Меню
учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 293	Птица тушеная в соусе с овощами	150	51,01	354	24	18	24
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,23	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,63	109,6	4,28	1,8	17,4
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	22	2,25	69,60	1,98	0,33	14,82
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	15,60	61,1	0,51	0,51	11,44
	итого			564	76,72	651,80	31,21	20,64	81,56
обед	закуска	71	Огурец свежий	36	12,37	3,96	0,25	0,04	0,68
	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	13,29	12,17	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	279	Тефтели из говядины с соусом 60/50	110	50,73	194,00	8,5	13,6	9,41
	гарнир	309	Макароны отварные	150	13,01	191	5,5	3,8	33,8
	сладкое	348	Компот из кураги	200	12,68	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,32	0,22	9,88
	итого			796	106,85	655,73	22,22	24,42	113,97
полдник	муч.издел.	338	Булочка "Обсыпная"	100	36,43	376	6,4	12,5	59,6
					36,43	376,00	6,40	12,50	53,80
всего за день					220,00	1683,53	59,83	57,56	249,33

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в компоте сухофрукты заменены фруктами свежими

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Потапова А.В.)

Утверждаю

Директор ООО "Дружба"



Ильина Т.П.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 18.04.2025

для учащихся СВО

	прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	ТТК 293	Птица тушеная в соусе с овощами	150	51,01	354,00	24,00	18,00	24,00
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,23	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		71	Огурец свежий	44	15,10	6,60	0,70	0,10	1,14
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	61,10	0,52	0,52	11,44
итого за завтрак				576	88,66	561,4	28,87	20,02	63,58

Зав.производства _____ Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию _____ Потапова А.В.

приёмник

Составлено
Директор МБОУ СОШ № 3
Золотухина Т.А.

прием пищи		№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК 293	Птица тушеная в соусе с овощами	150	51,01	354,00	24,00	18,00	24,00
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,23	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	3,04	46,40	1,32	0,22	9,88
итого за завтрак				432	61,00	540,1	28,97	19,62	60,88

Ответственный по питанию *h* Потапова А.В.