

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31

Золотухина Т.А.



"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



16.12.2024  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерез.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	41,61	302	13	8,3	76,1
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр "Российский" порционно	18	21,87	65,16	4,14	3,6	0,00
		14	Масло сливочное	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	Итого завтрак				623	99,50	633,16	21,35	21,07

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.



16.12.2024

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	70	Огурец соленый	33	10,36	4,16	0,26	0,03	0,54
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	10,44	136	3,28	3,41	22,9
	2блюдо	290	Птица тушеная в соусе 70/30	100	62,51	158	12,6	11	1,68
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,68	215	6,6	4,33	37,5
	напиток	348	Компот из кураги	200	12,71	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб бел		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			783	114,30	767,76	27,84	20,43	112,90

полдник	конд.изделие		Бисквит "ЧокоПай"	30	14,90	129	1,3	5,4	18,9
	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96	0	0	24
	итого			420	35,70	225,00	1,30	5,40	42,90

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

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

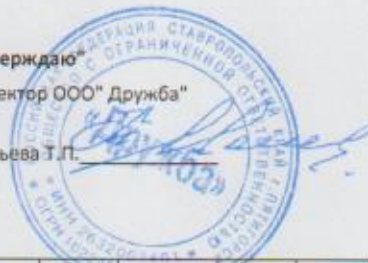
"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31

Золотухина Т.А.



"Утверждаю"  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



16.12.2024

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерез.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	41,61	302	13	8,3	76,1
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр "Российский" порционно	11	13,17	40,04	2,6	3,25	0,00
		14	Масло сливочное	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого завтрак				616	90,80	608,04	19,81	20,72

Обед	закуска	70	Огурец соленый	33	10,36	4,16	0,26	0,03	0,54
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	10,44	136	3,28	3,41	22,9
	2блюдо	290	Птица тушенная в соусе 70/30	100	62,51	158	12,6	11	1,68
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,68	215	6,6	4,33	37,5
	напиток	348	Компот из кураги	200	12,71	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб бел		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			783	114,30	767,76	27,84	20,43	112,90

полдник	конд.изделие		Бисквит "ЧокоПай"	30	14,90	129	1,3	5,4	18,9
	итого			420	14,90	129,00	1,30	5,40	18,90

	всего за день				220,00	1504,80	48,7	48,39	309,92
--	---------------	--	--	--	--------	---------	------	-------	--------

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

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

Утверждено  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

**Меню на 16.12.2024г**  
для учащихся СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетиче ская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	41,61	302	13	8,3	76,1
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
	15	Сыр "Российский" (порциями)	10	11,03	36,2	2,3	2,9	0	
Итого за завтрак				<b>615</b>	<b>88,66</b>	<b>604,20</b>	<b>19,51</b>	<b>20,37</b>	<b>114,48</b>

Зав.производства \_\_\_\_\_ Ильинов А.И.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Потапова А.В.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

**Меню на 16.12.2024г**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	210	25,00	302	13	8,3	76,1
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,5	0,52	11,4	61,1
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,4	13,1
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порциями)	13	14,54	50,96	3,25	4,13	0,00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>478</b>	<b>61,00</b>	<b>557,86</b>	<b>20,08</b>	<b>32,52</b>	<b>150,44</b>	

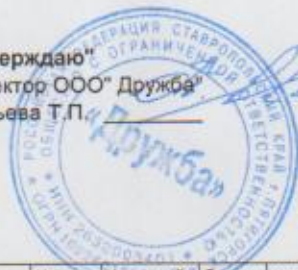
Зав.производства \_\_\_\_\_ Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Поталова А.В.

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



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



17.12.2024  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 223	Запеканка из творога с молоком сгущ. 120/30	150	68,17	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	13,16	61	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр "Российский" порционно	10	11,79	36,2	2,3	2,9	0
	итого завтрак				542	99,50	543,30	16,97	9,50

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

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

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



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



17.12.2024

Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	10,68	110	1,69	4,91	14,80
	2блюдо	250	Гуляш из говядины 50/50	100	76,16	196	14	14,4	2,72
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,84	191	5,5	3,8	33,8
	сладкое	342	Компот из свежих яблок	200	7,96	113	0,18	0,16	27,7
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	24	2,35	55,68	1,34	0,26	22,9
	итого			754	112,63	747,88	25,92	24,93	115,02
полдник	муч.изд	415	Крендель сахарный	50	16,57	181	3,19	5,5	29,8
	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96	0	0	24
	итого			250	37,37	181,00	3,19	5,50	29,80

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.



17.12.2024

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ГТК 223	Запеканка из творога с молоком сгущ. 120/30	150	68,17	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	13,16	61	0,52	0,52	11,44
	итого завтрак			532	87,71	507,10	14,67	6,60	93,94
	обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	10,68	110	1,69	4,91
2блюдо		250	Гуляш из говядины 50/50	100	76,16	196	14	14,4	2,72
гарнир		309	Макароны отварные	180	15,91	191	5,5	3,8	33,8
сладкое		342	Компот из свежих яблок	200	7,96	113	0,18	0,16	27,7
хлеб белый			Хлеб пшеничный	30	2,64	109,6	4,28	1,8	17,4
хлеб черн			Хлеб ржано-пшеничный	24	2,37	46,4	1,12	0,22	9,88
итого				784	115,72	766,00	26,77	25,29	106,30
муч.изд		415	Крендель сахарный	50	16,57	181	3,19	5,5	29,8
итого			50	16,57	181,00	3,19	5,50	29,80	
всего за день				220,00	1454,10	44,63	37,39	230,04	

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 17.12.2024**  
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 с молоком сгущенным 100/30	150	55,95	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,50	0,50	11,70
	15	Сыр "Российский" (порциями)	10	11,77	36,20	2,30	2,90	0,00
Итого за завтрак			<b>542</b>	<b>88,66</b>	<b>543,40</b>	<b>16,95</b>	<b>9,48</b>	<b>94,20</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 17.12.2024**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	ТТК 223	Запеканка из творога с соусом яблочным 100/20	120	46,48	300,00	20,90	8,90	17,80
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	100	9,67	61,10	0,50	0,50	11,40
Итого за завтрак				<b>465</b>	<b>61,00</b>	<b>499,80</b>	<b>24,99</b>	<b>10,80</b>	<b>56,00</b>

Зав.производства \_\_\_\_\_ Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Потапова А.В.

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №1  
Золотухина Г.А.



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



18.12.2024  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,92	280,00	6,20	10,90	39,2
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (мандарин)	130	28,08	68,4	1,03	0,4	14,8
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" порционно	12	13,51	43,44	2,8	3,5	0,00
	Итого			624	99,50	597,74	13,78	23,45	81,14

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.П.



18.12.2024

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,46	162	5,25	5,27	23,3
	2блюдо	ТТК 293	Куры запеченные	100	63,34	191,00	27,40	8,90	0,54
	гарнир	305	Рис припущенный	150	16,69	208,00	3,70	4,20	39,80
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,87	117	0,45	0	28,9
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,4	13,1
	Итого			730	98,00	760,20	40,01	19,77	105,64
полдник	конд.изделие		Печенье "Антика"	130	31,20	131,4	1,2	5,4	19,5
	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	итого			330	52,00	227,40	1,20	5,40	43,50

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.П.



18.12.2024

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,92	280,00	6,20	10,90	39,2
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (мандарин)	130	28,08	68,4	1,03	0,4	14,8
		14	Масло сливочное крестьянское	7	11,16	66,20	0,10	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" порционно	10	11,79	36,2	2,3	2,9	0,00
	Итого			612	90,80	589,50	13,22	22,85	80,94
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,46	162	5,25	5,27	23,3
	2блюдо	ТТК 293	Куры запеченные	100	63,34	191,00	27,40	8,90	0,54
	гарнир	305	Рис припущенный	150	16,69	208,00	3,70	4,20	39,80
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,87	117	0,45	0	28,9
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,2	3,21	1,4	13,1
	Итого			730	98,00	760,20	40,01	19,77	105,64
полдник	конд.изделие		Печенье "Антина"	130	31,20	131,4	1,2	5,4	19,5
	итого			130	31,20	131,40	1,20	5,40	19,50
	всего за день				220,00	1481,10	54,43	48,02	206,08

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"

Марьева Т.П.



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 18.12.2024г  
для учащихся СВО

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173 Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,92	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	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" (порциями)	14	16,19	72,40	4,60	5,80	0,00	
итого за завтрак			626	88,66	619,4	15,07	25,87	77,78

Зав.производства Ильин А.Н.

Ответственный по питанию Потапова А.В.



**Меню 18.12.2024г**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	еская ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	210	18,31	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,50	0,50	11,10
		14	Масло сливочное крестьянское	7	11,84	66,20	0,10	7,25	0,14
	15	Сыр "Российский"	10	11,44	36,20	2,30	2,90	0,00	
<b>итого за завтрак</b>			<b>602</b>	<b>61,00</b>	<b>582,20</b>	<b>12,69</b>	<b>22,95</b>	<b>77,14</b>	

Зав.производства  Ильин А.Н.

Ответственный по питанию  Потанова А.В.

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



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



19.12.2024

Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	44,87	232,8	9,7	10,9	24
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	136	15,23	64,39	0,55	0,55	13,4
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		70	Овощи соленые (огурец)	60	17,94	8,10	0,55	0,06	1,34
	итого завтрак				601	99,50	510,19	14,49	20,16

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

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



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



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



19.12.2024

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	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	58,20	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,05	242,00	8,57	5,90	38,70
	сладкое	352	Компот из свежих плодов	200	19,75	135	0,48	0,1	33
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	36	3,21	98,6	3,9	1,6	15,7
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,94	69,6	1,7	0,33	14,8
	итого				766	111,26	928,20	32,65	27,23
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	муч.издел	422	Булочка "Ванильная"	80	17,94	188	3,2	6,25	29,8
	итого			280	38,74	284,00	3,20	6,25	53,80

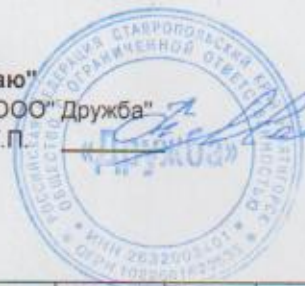
Зав. производством  (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию  (Потапова А.В.)

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



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



19.12.2024

Меню  
учащихся 5-11 классов

прием пи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	44,87	232,8	9,7	10,9	24
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	136	15,23	64,39	0,55	0,55	13,4
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
		70	Овощи соленые (огурец)	60	17,50	8,10	0,55	0,06	1,34
	итого завтрак				601	99,06	510,19	14,49	20,16
	1 блюдо	96	Рассольник по-Петербурски	250	10,11	134,00	2,00	5,10	20,00
Обед	2блюдо	ТТК№29	Котлета рубленая из птицы	100	58,20	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,05	242,00	8,57	5,90	38,70
	сладкое	352	Компот из свежих плодов	200	19,75	135	0,48	0,1	33
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			750	109,71	888,60	31,38	26,92	128,88
полдник	муч.издел	422	Булочка "Ванильная"	50	11,23	188	3,2	6,25	29,8
	итого			50	11,23	188,00	3,20	6,25	29,80
	всего за день				220,00	1586,79	49,07	53,33	224,36

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 19.12.2024**  
для учащихся СВО

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	204 Макароны отварные с сыром	150	44,87	303,00	10,30	13,50	35,30
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,50	0,50	11,40
		14 Масло сливочное	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	70 Огурец соленый	25	7,77	3,38	0,23	0,03	0,56	
Итого за завтрак			560	88,66	572,38	14,72	22,68	74,20

\*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.



**Меню на 19.12.2024**  
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	44,87	303,00	10,30	13,50	35,30
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,40	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	11,28	61,10	0,50	0,50	11,00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>495</b>	<b>61,00</b>	<b>502,80</b>	<b>14,41</b>	<b>15,40</b>	<b>73,10</b>

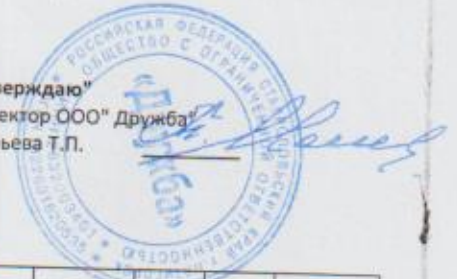
Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

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



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



20.12.2024  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 293	Птица запеченная с гарниром "Рис отварной" 5г	150	50,35	354	24	18	24
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,40	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	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
		15	Сыр "Российский" порционн	11	13,13	40,04	2,6	3,25	0
	итого				546	99,50	659,94	30,81	30,42

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.

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

20.12.2024  
Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	10,43	138,00	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	279	Тефтели из говядины с соусом 60/50	110	44,03	194,00	8,5	13,6	9,41
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,84	191	5,5	3,8	33,8
	сладкое	342	Компот из свежих яблок	200	7,96	113	0,18	0,16	27,7
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	34	3,00	93,16	3,6	1,53	14,8
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,94	69,6	1,7	0,33	14,8
	итого			774	81,20	798,76	22,15	24,74	120,31
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	конд. Изд		Конфета вафельная "Амаре"	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
					68,80	201,30	2,25	12,60	53,80

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.2590-20 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.



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



20.12.2024

Меню  
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 293	Птица запеченная с гарниром "Рис отварной" 5	150	50,35	354	24	18	24
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,40	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	13,52	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное	7	11,63	46,30	0,07	5,07	0,10
		15	Сыр "Российский" порционн	10	11,79	36,2	2,3	2,9	0
	итого			542	92,14	636,20	30,48	27,89	62,34
	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	10,43	138,00	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	279	Тефтели из говядины с соусом 60/50	110	44,03	194,00	8,5	13,6	9,41
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,84	191	5,5	3,8	33,8
	сладкое	342	Компот из свежих яблок	200	7,96	113	0,18	0,16	27,7
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			760	79,86	764,60	21,18	24,50	113,69
полдник	конд. Изд		Конфета вафельная "Амаре"	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
					48,00	105,30	2,25	12,60	53,80
	всего за день				220,00	1506,10	53,91	64,99	229,83

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"

Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

**Меню на 20.12.2024г**  
для учащихся СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	Птица запеченная с гарниром "Рис отварной" 50/100	150	50,35	354,00	24,00	18,00	21,00
	гор. напиток	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	11,20	61,10	0,50	0,50	11,70
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	9	15,17	66,20	0,10	7,25
	70	Огурец соленый	25	7,09	3,38	0,23	0,03	0,56
<b>итого за завтрак</b>			<b>529</b>	<b>88,66</b>	<b>623,38</b>	<b>28,42</b>	<b>27,18</b>	<b>63,2</b>

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 20.12.2024г

для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	ческая ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	Птица, запеченная с гарниром "Рис отварной"	150	50,35	354,00	24,00	18,00	24,00	
	TK293								
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,10
	хлеб	70	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		Огурец соленый	30	5,80	3,38	0,23	0,03	0,56	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>425</b>	<b>61,00</b>	<b>496,08</b>	<b>27,82</b>	<b>19,43</b>	<b>54,36</b>	

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.