

"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.)



Марьева Т.П.



Золотухина Т.А.

Меню на 18.12.2024г
для учащихся СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес)	220	34,92	280,00	6,20	10,90	39,20
	гор. напиток	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	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
	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	
итого за завтрак			602	61,00	582,20	12,69	22,95	77,14	

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

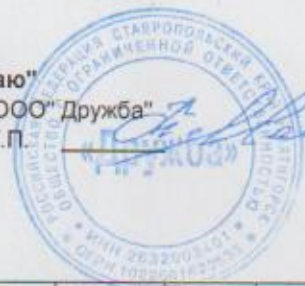
Зав. производством  (Ильинов А.Н.)

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
Итого за завтрак			495	61,00	502,80	14,41	15,40	73,10

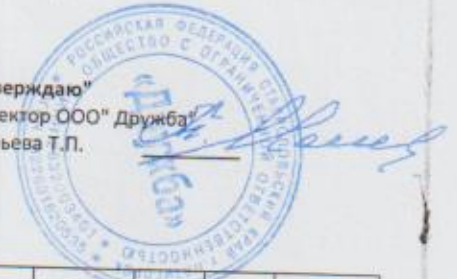
Зав.производства  Ильинов А.Н.

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

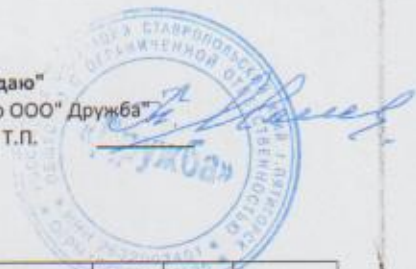
Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

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 СанПин2.3/2.4.2590-20 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
итого за завтрак			529	88,66	623,38	28,42	27,18	63,2

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
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,10
	хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		70 Огурец соленый	30	5,80	3,38	0,23	0,03	0,56
Итого за завтрак			425	61,00	496,08	27,82	19,43	54,36

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.