

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



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



23.12.2024
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса	220	39,05	328,00	3,10	10,20	52,90
	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
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр Российский порционно	19	22,90	68,78	4,37	5,5	0,00
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				631	99,50	663,78	11,74	24,87

*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 (комлот,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.



23.12.2024
Меню
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход,	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	70	Огурец соленый	34	10,76	4,55	0,28	0,04	0,6
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	10,68	110,00	1,69	4,90	14,80
	2блюдо	294	Котлета рубленая из птицы	100	50,07	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,05	242	8,57	5,9	38,7
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,40	1,12	0,22	9,88
	напиток	342	Компот из яблок свежих	200	7,96	113	0,18	0,16	27,7
	итого			784	101,12	847,15	31,05	26,82	118,98
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96	0	0	24
	фрукты		Мандарин свежий	130	28,08	68,4	1,03	0,4	14,8
	Итого			330	48,88	164,40	1,03	0,40	38,80

* 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.



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



23.12.2024
Меню
учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса	220	39,05	328,00	3,10	10,20	52,90	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	222	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	61,1	0,52	0,52	11,44	
		15	Сыр Российский порционно	10	12,14	36,2	2,3	2,9	0,00	
		14	Масло сливочное крестьянское	9	14,28	66,20	0,10	7,25	0,14	
	итого				621	84,88	630,20	9,61	22,27	91,28
Обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	10,68	110,00	1,69	4,90	14,80	
	2блюдо	294	Котлета рубленая из птицы	100	50,07	249	16	14,2	14,2	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,05	242	8,57	5,9	38,7	
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10	
	напиток	342	Компот из яблок свежих	200	7,96	113	0,18	0,16	27,7	
	итого				730	88,40	796,20	29,65	26,56	108,50
	полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96	0	0	24
фрукты			Мандарин свежий	120	25,92	63,6	0,96	0,4	13,8	
Итого				320	46,72	159,60	0,96	0,40	37,80	
всего за день				1671	220,00	1586,00	40,22	49,23	237,58	

* 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 _____ (Поталова А.В.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 23.12.2024
для льготных категорий

прием пищи	№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из крупы (рис)	210	22,44	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,5	0,38	0	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	11,70
		15	Сыр "Российский" (порц.)	15	19,15	57,92	3,7	4,64	0,00
Итого за завтрак			600	61,00	585,72	10,89	16,74	91,40	

*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 (комлот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства _____ Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию _____ Потапова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьени Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 23.12.2024
для льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из крупы (рис)	210	22,44	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,5	0,38	0	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	11,70
		15	Сыр "Российский" (порц.)	15	19,15	57,92	3,7	4,64	0,00
Итого за завтрак			600	61,00	585,72	10,89	16,74	91,40	

*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 (комлот,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.



24.12.2024
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,19	306,40	10,50	4,68	55,5
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,14	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр Российский порционнно	18	22,37	65,16	4,14	3,6	0,00
	итого				550	99,50	572,36	18,81	9,94

*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 (комлот,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.



24.12.2024

Меню
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,46	162,00	5,25	9,37	5,27
	2блюдо	260	Гуляш из говядины 50/50	100	76,16	196,00	14,00	14,40	2,72
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,84	198,00	5,54	4,34	34,2
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,87	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,52	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	35	3,41	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого				775	111,26	801,60	29,57	29,47
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	Муч.изд.	422	Булочка ванильная	80	17,94	181	3,19	5,5	29,8
	итого			280	38,74	277,00	3,19	5,50	53,80

*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 _____ (Поталова А.В.)

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



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



24.12.2024

Меню
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,19	306,40	10,50	4,68	55,5
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,14	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр Российский порционно	18	22,37	65,16	4,14	3,6	0,00
	итого			550	99,50	572,36	18,81	9,94	93,94
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,46	162,00	5,25	9,37	5,27
	2блюдо	260	Гуляш из говядины 50/50	100	76,16	196,00	14,00	14,40	2,72
	гарнир	309	Макароны отварные	150	12,84	198,00	5,54	4,34	34,2
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,87	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	34	2,98	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			754	109,27	801,60	29,57	29,47	94,07
полдник	Муч.изд.	422	Булочка ванильная	50	11,23	181	3,19	5,5	29,8
	итого			50	11,23	181,00	3,19	5,50	29,80
	всего за день				220,00	1554,96	51,57	44,91	217,81

*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 24.12.2024
для учащихся СВО


прием пищи	№ рсца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225 Запеканка из творога с соусом яблочным 120/30	150	56,19	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 бел.	15 Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
		338 Сыр Российский	12	12,14	36,20	2,30	2,90	0,00
		Яблоко свежее	125	13,95	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак			539	88,66	543,40	16,97	9,50	93,94

*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  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 24.12.2024
для льготных категорий


прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценност	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225 Запеканка из творога с яблочным соусом 100/30	150	47,00	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	Фрукты	338 Яблоко свежее	100	9,15	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак			495	61,00	506,20	14,61	6,60	93,74

*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.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.



25.12.2024

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	210/131	Омлет натуральный с горошком консервированным	151	78,52	319,00	12,15	23,60	14,45
	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	1,14	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	144	16,13	68,15	0,58	0,58	14,2
	итого			540	99,50	525,85	16,32	25,32	55,45

*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 напитков (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
 Залотухина Т.А.



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



25.12.2024

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак									
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	10,11	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	62,51	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	18,31	208	3,74	4,2	39
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	25	2,41	55,68	1,34	0,26	22,9
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	6,02	106	0,12	0,21	25,2
	итого			755	102,00	743,88	23,21	23,80	117,48
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

* 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 №61
Золотухина Т.А.



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



25.12.2024

Меню
учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	210/131	Омлет натуральный с горошком консервированным	131	64,42	319,00	12,15	23,60	14,45
	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	1,14	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			506	83,83	518,80	16,26	25,26	52,69
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	10,11	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 50/50	100	49,13	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	18,31	208	3,74	4,2	39
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,96	55,68	1,34	0,26	22,9
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	6,02	106	0,12	0,21	25,2
	итого			750	88,17	743,88	23,21	23,80	117,48
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			1301	220,00	1367,98	41,72	61,66	198,07

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 25.12.2024
для учащихся СВО

прием пищи	№ рецеп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	210 Омлет натуральный	111	52,46	218,00	10,7	18,50	2,13
	гор. напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,20	1,40	13,10
		14 Масло сливочное	10	16,61	66,2	0,1	7,25	1
	70 Овощи соленные (огурец)	43	13,21	8,1	0,66	0,1	2,28	
итого за завтрак			416	88,66	432,00	15,10	27,25	32,41

* 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 (комлот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

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 25.12.2024
для льготных категорий


прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	чекская ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	42,56	302,00	13	8,30	76,10
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,20	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	108	12,06	61,1	0,52	0,52	11,44
итого за завтрак				580	61,00	502,80	17,16	10,22	114,54

*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) может взаимозаменять друг друга

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.



26.12.2024
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	45,59	326,00	15,40	17,80	26,00
	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
		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
		70	Овощ соленые (огурец)	60	16,36	8,1	0,55	0,06	1,34
	итого				602	99,50	601,10	20,22	27,03

*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.



26.12.2024
Меню
учащихся 1-4 классов

прием пищ	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийнд	белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	97	Суп картофельный с макаронами	250	10,44	137,00	2,95	5,20	19,60
	2блюдо	290	Тефтели из говядины 60/50	110	46,48	198,40	14,70	13,20	4,77
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	24,75	138	3,13	4,5	21,2
	сладкое	348	Компот из сушеных плодов (курага)	200	12,71	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	33	2,89	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			773	100,21	762,16	26,85	24,80	102,47
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	муч.изделие	426	Булочка обсыпная	80	28,99	188	3,2	6,25	29,8
	итого			280	49,79	284,00	3,20	6,25	53,80

*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 №34
Золотухина Т.А.



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



26.12.2024
Меню
учащихся 5-11 классов

прием пищ	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	45,59	326,00	15,40	17,80	26,00
	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
		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
		70	Овощ соленые (огурец)	40	12,53	8,1	0,55	0,06	1,34
	итого				582	95,67	601,10	20,22	27,03
Обед	1 блюдо	97	Суп картофельный с макаронами	250	10,44	137,00	2,95	5,20	19,60
	2блюдо	290	Тефтели из говядины 60/50	110	46,48	198,40	14,70	13,20	4,77
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	24,75	138	3,13	4,5	21,2
	сладкое	348	Компот из сушеных плодов (курага)	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				760	98,98	728,00	25,88	24,56
полдник	напиток								
	муч.изделие	426	Булочка обсыпная	70	25,35	188	3,2	6,25	29,8
	итого			70	25,35	188,00	3,20	6,25	29,80
	всего за день			1412	220,00	1517,10	49,30	57,84	191,57

Зав. производством  (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию  (Поталова А.В.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 26.12.2024
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	45,59	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	100	11,20	61,10	0,52	0,52	11,40
		14 Масло сливочное	9	14,88	66,20	0,10	7,25	0,14
		15 Сыр "Российский" (порц.)	10	12,14	36,20	2,30	2,90	0,00
Итого за завтрак			514	88,66	628,20	21,91	29,87	64,34

*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  Изъянов А.И.

Ответственный по питанию  Поталова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьяна Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 26.12.2024
для льготных категорий


прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	291 Плов из птицы	150	45,59	326,00	15,40	17,80	26,00
	напиток	376 Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,70
		70 Огурец соленый	33	10,56	4,46	0,30	0,03	0,74
Итого за завтрак			428	61,00	469,16	19,29	19,23	53,54

*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 (молоко, чай, какао, кофейный напиток, сок)

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.

27.12.2024
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	220	44,73	281,00	7,80	2,40	57,90
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	19,65	139,00	3,76	3,20	26,40
	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	15	17,92	54,3	3,45	4,35	0
	итого				595	99,50	617,60	18,74	11,87

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

*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 _____ (Поталова А.В.)

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



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



27.12.2024
Меню
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурец)	60	17,64	8,1	0,55	0,06	1,34
	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом	250	10,52	138	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	294	Биточки из птицы с маслом 100/5	105	58,37	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,05	242	8,56	5,9	39,5
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,87	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	23	2,21	53,36	1,29	0,25	11,4
	итого			818	114,30	889,66	32,73	27,13	128,24
полдник	конд.изд.		Бисквит в индивид.упак. "ЧокоПай"	30	14,90	129	1,3	5,4	18,9
	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
				230	35,70	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.)

Отв по питанию _____ (Потапова А.В.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 27.12.2024
для учащихся льготной категории

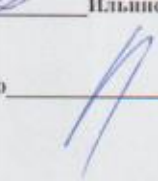
прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (манная) 200/10/10	220	44,73	281,00	7,80	2,40	57,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	102	11,42	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				567	61,00	480,80	11,91	4,32	96,14

*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) может взаимозаменять друг друга


Зав.производства  Ильин А.Н.

Ответственный по питанию  Поганова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 27.12.2024
для учащихся СВО

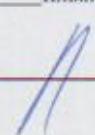
прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углевод ы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (манная) 200/10/10	220	44,73	281,00	7,80	2,40	57,90
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,52	109,60	4,28	1,87	17,47
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,94	69,60	1,67	0,33	14,82
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	153	17,12	70,50	0,60	0,60	13,46
	14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14	
Итого за завтрак				675	88,66	654,40	14,89	12,45	117,69

*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) может взаимозаменять друг друга

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.

28.12.2024

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход,	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	42,56	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"	17	20,92	68,78	4,37	5,5	0,00
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого завтрак				622	99,50	636,78	21,58	22,97

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.



28.12.2024

Меню

учащихся 1-4 классов

прием п	раздел	№реца	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	70	Огурец соленый	34	10,66	5,33	0,33	0,04	0,7
	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	13,38	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			784	114,30	768,93	27,91	20,44	113,06

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.

28.12.2024

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	42,56	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"	10	12,22	36,2	2,3	2,9	0,00
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
итого завтрак				615	90,80	604,20	19,51	20,37	114,48

Обед	закуска	70	Огурец соленый	34	10,66	4,55	0,28	0,04	0,6
	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	13,38	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			784	114,30	768,15	27,86	20,44	112,96

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	1501,35	48,7	48,39	309,92
--	---------------	--	--	--	--------	---------	------	-------	--------

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 28.12.2024г
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	42,56	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)	112	12,50	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	12,14	36,2	2,3	2,9	0	
Итого за завтрак			597	88,66	604,20	19,51	20,37	114,48	


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 28.12.2024г
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	25,95	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)	11	13,59	50,96	3,25	4,13	0,00
Итого за завтрак			476	61,00	557,86	20,08	32,52	150,44

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.