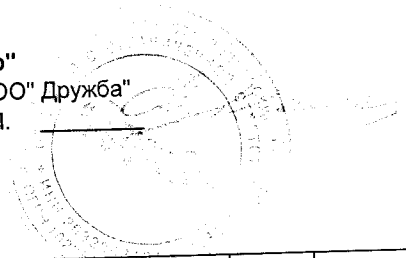


"Согласовано"
Директор МБОУ СОШ №31
Золотухина Т.А.

"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 | | | 428 | 61,00 | 488,10 | 20,57 | 21,72 | 29,13 |

*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.

07.03.2025
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел | Перец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийн | белки | жиры | углеводы |
|------------|--------------|---------|---------------------------------|----------|-------|----------|-------|-------|----------|
| завтрак | гор.блюдо | ТТК 293 | Птица тушеная в соусе с овощами | 150 | 49,32 | 354 | 24 | 18 | 24 |
| | гор. напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 222 | 3,72 | 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 | 30 | 3,08 | 69,60 | 1,98 | 0,33 | 14,82 |
| | фрукты | 338 | Фрукты свежие(яблоко) | 152 | 16,97 | 68,15 | 0,58 | 0,58 | 14,2 |
| | итого | | | 594 | 76,72 | 658,85 | 31,28 | 20,71 | 84,32 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

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.

07.03.2025
Меню
учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел | Нерец. | 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 | 49,54 | 194,00 | 8,5 | 13,6 | 9,41 |
| | гарнир | 309 | Макароны отварные | 150 | 13,02 | 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 | | | 760 | 90,44 | 777,60 | 21,97 | 24,38 | 113,29 |
| | полдник | напиток | | Сок фруктовый | 200 | 20,88 | 96,00 | 0,00 | 0,00 |
| фрукты | | 338 | Банан свежий | 200 | 58,68 | 192 | 3 | 1 | 41 |
| | | | | | 79,56 | 288,00 | 3,00 | 1,00 | 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.

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

07.03.2025
Меню
учащихся 5-11 классов

| прием пищи | раздел | №рец. | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | белки | жиры | углеводы |
|------------|---------------|---------|-------------------------------------|-------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| завтрак | гор.блюдо | ТТК 293 | Птица тушеная в соусе с овощами | 150 | 49,32 | 354 | 24 | 18 | 24 |
| | гор. напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 222 | 3,72 | 57,50 | 0,44 | 0,00 | 13,90 |
| | хлеб белый | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,63 | 109,6 | 4,28 | 1,8 | 17,4 |
| | фрукты | 338 | Фрукты свежие(яблоко) | 127 | 14,21 | 68,15 | 0,58 | 0,58 | 14,2 |
| | итого | | | 539 | 70,88 | 589,25 | 29,30 | 20,38 | 69,50 |
| 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 | 49,54 | 194,00 | 8,5 | 13,6 | 9,41 |
| | гарнир | 309 | Макароны отварные | 150 | 13,02 | 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 | | | 760 | 90,44 | 777,60 | 21,97 | 24,38 | 113,29 |
| полдник | фрукты | 338 | Банан свежий | 200 | 58,68 | 192 | 3 | 1 | 41 |
| | | | | | 58,68 | 192,00 | 3,00 | 1,00 | 53,80 |
| | всего за день | | | | 220,00 | 1558,85 | 54,27 | 45,76 | 236,59 |

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 07.03.2025
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 | 49,38 | 354,00 | 24,00 | 18,00 | 24,00 |
| | гор. напиток | 377 Чай с сахаром и лимоном | 222 | 3,72 | 57,50 | 0,44 | 0,00 | 13,90 |
| | хлеб | 70 Хлеб пшеничный | 30 | 2,72 | 82,20 | 3,21 | 1,40 | 13,10 |
| | | 70 Огурец соленый | 60 | 17,94 | 8,10 | 0,66 | 0,06 | 1,34 |
| | | 338 Фрукты свежие (яблоко) | 133 | 14,90 | 61,10 | 0,52 | 0,52 | 11,44 |
| Итого за завтрак | | | 595 | 88,66 | 562,9 | 28,83 | 19,98 | 63,78 |

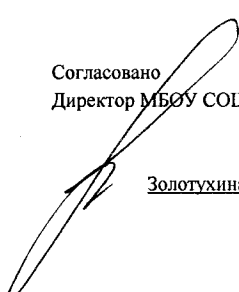
Зав. производства Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию Потапова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

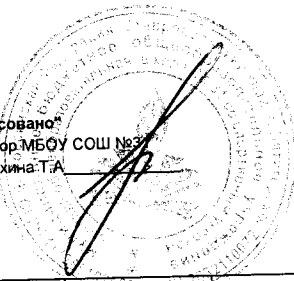
Меню на 07.03.2025
для учащихся льготной категории

| прием пищи | № рец | Наименование блюда | вес блюда | цена | энергети ческая | Пищевые вещества | | | |
|------------------|--------------|--------------------|----------------------------------|------------|--------------------|------------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы | |
| завтрак | гор блюдо | ТТК 293 | Птица тушенная в соусе с овощами | 150 | 49,38 | 354,00 | 24,00 | 18,00 | 24,00 |
| | гор. напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 222 | 3,72 | 57,50 | 0,44 | 0,00 | 13,90 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 42 | 3,80 | 82,20 | 3,21 | 1,40 | 13,10 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 4,10 | 69,60 | 1,32 | 0,33 | 14,82 |
| итого за завтрак | | | | 454 | 61,00 | 563,3 | 28,97 | 19,73 | 65,82 |

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 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

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

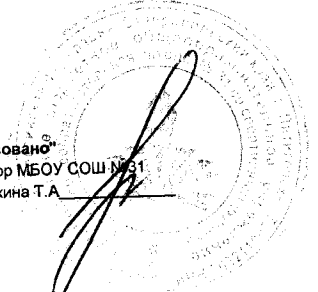
*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*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.



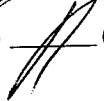
"Утверждаю"
Директор ООО "Дружба"
Марьева Т.П.

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

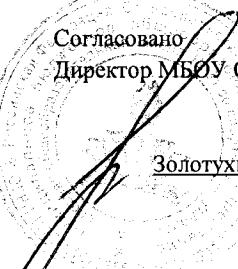
*Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

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 |
| Итого за завтрак | | | | 495 | 61,00 | 579,30 | 7,91 | 19,07 | 89,72 |

*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

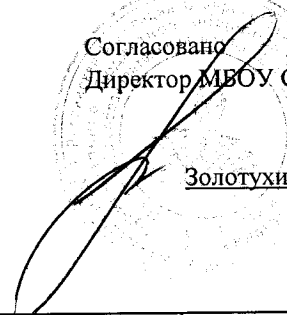
Зав.производства  Ильинов А.Н.

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 | |
| Итого за завтрак | | | | 617 | 88,66 | 630,20 | 9,61 | 22,27 | 91,28 |

*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

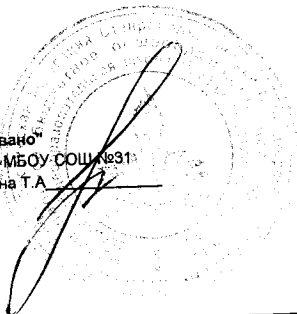
*Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*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 |
|------------|---------------|--------|---|----------|--------|---------|-------|-------|----------|
| | | | | 150 | 56,07 | 306,40 | 10,50 | 4,68 | 55,5 |
| завтрак | 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

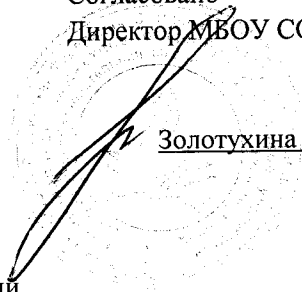
Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

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

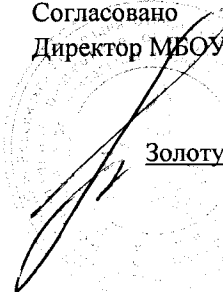
Зав.производства  Ильинов А.Н.

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 | | | | 527 | 88,66 | 506,2 | 14,61 | 6,6 | 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.

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 |
| итого за завтрак | | | | 412 | 61,00 | 450,90 | 13,55 | 20,55 | 51,84 |

*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

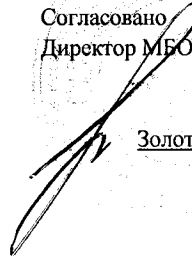
Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 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 | |
| Итого за завтрак | | | 584 | 88,66 | 520,10 | 14,73 | 21,13 | 64,62 | |

*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 |
| 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 |
| 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 | |
| Итого за завтрак | | | 631 | 88,66 | 581,30 | 21,35 | 20,00 | 75,66 | |

*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)

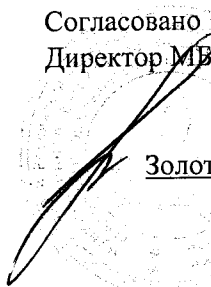
Зав.производства  Ильинов А.Н.

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 |
| Итого за завтрак | | | 429 | 61,00 | 472,80 | 19,54 | 19,26 | 54,14 |

*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)

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 | 76,98 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

*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

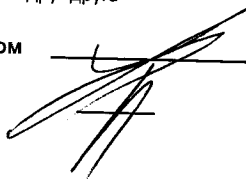
учащихся 5-11 классов

| прием пищи | раздел | 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 | 14,56 | 61,1 | 0,52 | 0,52 | 11,44 |
| | итого | 14 | Масло сливочное крестьянское | 10 | 16,61 | 66,20 | 0,10 | 7,25 | 0,14 |
| | | | | 585 | 77,07 | 529,00 | 9,71 | 18,77 | 76,98 |
| 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 | 125,12 |
| 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

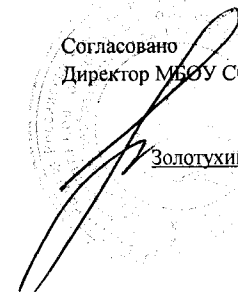
Зав. производством  (Ильинов А.Н.)

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 порционнo | 10 | 12,14 | 36,20 | 2,30 | 2,9 | 0 | |
| Итого за завтрак | | | 590 | 88,66 | 565,20 | 12,01 | 21,67 | 76,98 | |

*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

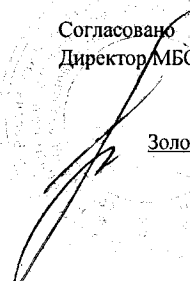
Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 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 |
| Итого за завтрак | | | | 581 | 61,00 | 462,80 | 9,61 | 11,52 | 76,84 |

*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.