



Меню на 09.09.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (рис)	220	34,55	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	17,15	139,00	3,76	3,20	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	14,40	70,50	0,60	0,60	14,70
		14	Масло сливочное	10	14,40	66,20	0,10	7,25	1,00
	15	Сыр Российский	16	16,98	57,92	3,68	4,64	0,00	
Итого за завтрак			626	100,00	743,82	14,45	27,29	108,10	
Обед	закуска	71	Помидор свежий	60	11,59	14,4	0,66	0,1	2,28
	1блюдо	88	Щи из свежей капусты и картофеля	250	9,48	105,00	2	6,19	10,30
	2блюдо	279	Тефтели из говядины с соусом 50/60	110	44,85	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,72	242,00	8,6	5,90	38,70
	напиток	348	Компот из плодов сушеных (изюма)	200	12,60	135,00	0,48	0,1	33,00
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	35	2,97	109,60	4,28	1,80	17,40
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79	69,60	1,68	0,33	14,82	
Итого за обед			835	100,00	843,60	26,34	24,42	127,20	

*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 Дроздов А.А.

Ответственный по питанию Каляпкина М. И.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 6



Склярова Т.В.

Меню на 10.09.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с мол.сгущ. 130/20	150	62,67	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,28	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	46,40	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	149	14,27	70,50	0,60	0,60	14,70
		14	Масло сливочное	10	14,40	66,20	0,10	7,25	1,00
Итого за завтрак				581	100,00	629,20	15,97	14,15	108,08
Обед	закуска	71	Огурец свежий	60	6,55	6,60	0,42	0,06	1,14
	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	10,50	137,00	2,9	5,2	19,60
	2блюдо	ТТК 290	Рагу из птицы 80/150	230	49,98	329,00	21,2	19,50	17,10
	напиток	348	Компот из плодов сушеных (курага)	200	13,04	126,00	0,77	0,04	27,30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	32	2,74	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79	46,40	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	14,40	70,50	0,60	0,60	14,70
итого за обед				952	100,00	797,70	30,22	27,02	102,82

*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  Дроздов А.А.

Ответственный по питанию  Каляпкина М. И.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 6

Склярова Т.В.

Меню на 11.09.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	43,66	218,00	10,7	18,50	2,13
	гор. напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	17,77	133,00	3,1	2,30	25,10
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,20	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	6,1	0,5	0,5	11,7
		14	Масло сливочное	10	14,40	66,2	0,1	7,25	1
	71	Овощи свежие (помидор)	60	9,17	14,4	0,66	0,1	2,28	
итого за завтрак			541	100,00	519,90	18,26	30,05	55,31	
	закуска	70	Овощи соленые (огурец)	60	10,03	8,1	0,55	0,06	1,34
	1блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	9,05	110,00	1,7	4,9	14,80
	2блюдо	ТТК294	Биточки из птицы с маслом 100/5	105	48,44	198,00	13,08	10,60	12,60
	гарнир	173	Каша пшеничная рассыпчатая	150	12,57	192,00	6,9	4,9	30,00
	сладкое	ТТК348	Напиток из плодов сушеных (чернослив)	200	13,76	135,00	0,48	0,1	33,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,36	109,60	4,28	1,80	17,40
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79	69,60	1,46	0,29	12,84
Итого за обед			835	100,00	822,30	28,45	22,65	121,98	

*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  Дроздов А.А.

Ответственный по питанию  Каляпкина М. И.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 6


Склярова Т.В.

Меню на 12.09.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	291 Плов из птицы	150	38,60	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор. напиток	376 Чай с сахаром	215	2,13	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,10	0,52	0,52	11,40
	закуска	71 Овощи свежие (помидор)	60	11,59	14,40	0,66	0,10	2,28
		14 Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	14,4	66,20	0,10	7,25	0,14
	15 Сыр "Российский" (порц.)	17	18,28	61,54	3,91	3,40	0,00	
Итого за завтрак			612	100,00	667,94	24,18	30,47	66,62
обед	закуска	71 Овощи натуральные свежие (огурец)	60	6,55	6,60	0,66	0,10	2,28
	1блюдо	102 Суп картофельный с горохом	250	8,05	162,00	5,30	5,20	23,50
	2 блюдо	234 Котлета рыбная с маслом 100/5	105	51,42	186,00	14,50	8,30	13,20
	гарнир	312 Пюре картофельное	150	20,96	138,00	3,13	4,50	21,20
	напиток	342 Компот из яблок свежих	200	7,01	113,00	0,66	0,25	26,80
	хлеб белый	Хлеб пшеничный	38	3,22	109,20	4,07	1,77	16,59
	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79	69,60	1,68	0,33	14,82
Итого за обед			833	100,00	784,40	30,00	20,45	118,39

*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  Дроздов А.А.

Ответственный по питанию  Каляпкина М. И.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 6


Склярова Т.В.

Меню на 13.09.2024
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) 200/10/10	220	39,05	281,00	7,80	2,40	57,90
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	17,15	139,00	3,76	3,20	26,40
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	140	13,44	70,50	0,60	0,60	14,7
		15	Сыр "Российский" (порц.)	13	13,44	47,60	2,99	2,6	0
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	14,40	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак			613	100,00	686,50	18,46	17,45	112,24	
Обед	закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	11,59	14,4	0,66	0,1	2,28
	1блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	250	8,74	134,00	2,20	5,10	20,00
	2блюдо	289	Котлета рубленая из птицы с маслом 100/5	105	48,44	249,00	16,00	16,20	6,00
	гарнир	309	Макароны отварные	150	11,56	191,00	5,20	3,70	34,20
	напиток	348	Компот из кураги	200	13,04	126,00	0,77	0,04	27,30
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,36	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	35	3,27	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед			840	100,00	843,00	29,16	26,76	112,76	

*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  Дроздов А.А.

Ответственный по питанию  Каляпкина М. И.