



Меню на 30.09.2024г  
 для учащихся 1-4 классов

| прием пищи              | № рец       | Наименование блюда | вес<br>блюда                            | цена          | энергетиче<br>ская | Пищевые вещества |              |               |       |
|-------------------------|-------------|--------------------|---|---------------|--------------------|------------------|--------------|---------------|-------|
|                         |             |                    |   |               |                    | белки            | жиры         | углеводы      |       |
| завтрак                 | гор.блюдо   | 183                | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 220           | 39,66              | 302,0            | 13,0         | 8,3           | 76,1  |
|                         | гор.напиток | 382                | Какао с молоком                         | 200           | 17,96              | 139,00           | 3,80         | 3,04          | 26,40 |
|                         | хлеб белый  |                    | Хлеб пшеничный                          | 30            | 2,52               | 82,2             | 3,21         | 1,4           | 13,1  |
|                         | фрукты      | 338                | Фрукты свежие (яблоко)                  | 130           | 12,48              | 61,1             | 0,52         | 0,52          | 11,44 |
|                         |             | 14                 | Масло сливочное крестьянское (порциями) | 10            | 15,52              | 66,2             | 0,1          | 7,25          | 0,14  |
|                         |             | 15                 | Сыр "Российский" (порциями)             | 12            | 11,86              | 43,44            | 2,8          | 3,5           | 0     |
| <b>Итого за завтрак</b> |             |                    | <b>602</b>                              | <b>100,00</b> | <b>693,94</b>      | <b>23,43</b>     | <b>24,01</b> | <b>127,18</b> |       |
| обед                    | закуска     | 71                 | Овощи натуральные свежие(помидор)       | 60            | 11,41              | 14,4             | 0,66         | 0,1           | 2,28  |
|                         | 1 блюдо     | 82                 | Борщ с картофелем и капустой            | 250           | 9,05               | 110              | 1,7          | 4,9           | 14,8  |
|                         | 2 блюдо     | ГТК294             | Биточки из птицы с маслом 100/5         | 105           | 51,56              | 249              | 16           | 14,2          | 14,2  |
|                         | гарнир      | 305                | Рис отварной                            | 150           | 18,26              | 238              | 4,37         | 4,15          | 38,9  |
|                         | сладкое     | 1010               | Напиток яблочный                        | 200           | 5,34               | 106              | 0,12         | 0,1           | 33    |
|                         | хлеб белый  |                    | Хлеб пшеничный                          | 30            | 2,52               | 82,2             | 3,21         | 1,4           | 13,1  |
|                         | хлеб черный |                    | Хлеб ржано-пшеничный                    | 20            | 1,86               | 46,4             | 1,12         | 0,22          | 9,88  |
| <b>Итого за обед</b>    |             |                    | <b>815</b>                              | <b>100,00</b> | <b>846,00</b>      | <b>27,18</b>     | <b>25,07</b> | <b>126,16</b> |       |

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 01.10.2024**

для учащихся 1-4 классов

| прием пищи       | № реца      | Наименование блюда | вес<br>блюда                                    | цена       | энергети<br>ческая<br>ценность | Пищевые вещества |              |              |               |
|------------------|-------------|--------------------|---|------------|--------------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                  |             |                    |   |            |                                | белки            | жиры         | углеводы     |               |
| завтрак          | гор.блюдо   | ТТК 225            | Запеканка из творога с молоком сгущенным 130/20 | 150        | 64,15                          | 306,40           | 10,50        | 4,68         | 55,50         |
|                  | гор.напиток | 377                | Чай с сахаром и лимоном                         | 222        | 4,18                           | 57,50            | 0,44         | 0,00         | 13,90         |
|                  | 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         |
|                  |             | 15                 | Сыр "Российский" (порциями)                     | 15         | 14,75                          | 54,30            | 3,45         | 4,35         | 0,00          |
| Итого за завтрак |             |                    |   | <b>567</b> | <b>100,00</b>                  | <b>570,90</b>    | <b>18,20</b> | <b>11,03</b> | <b>97,20</b>  |
| Обед             | закуска     | 71                 | Огурец свежий                                   | 60         | 6,55                           | 6,60             | 0,7          | 0,1          | 1,14          |
|                  | 1блюдо      | 102                | Суп картофельный с горохом                      | 250        | 8,05                           | 162,00           | 5,25         | 5,27         | 23,30         |
|                  | 2блюдо      | 234                | Котлета рыбная с маслом 100/5                   | 105        | 51,98                          | 153,00           | 11,1         | 6,90         | 11,80         |
|                  | гарнир      | 312                | Пюре картофельное                               | 150        | 21,72                          | 138,00           | 3,13         | 4,50         | 21,20         |
|                  | напиток     | 342                | Компот из яблок свежих                          | 200        | 7,01                           | 113,00           | 0,18         | 0,16         | 27,70         |
|                  | хлеб белый  |                    | Хлеб пшеничный                                  | 30         | 2,52                           | 82,20            | 3,21         | 1,40         | 13,10         |
|                  | хлеб ржаной |                    | Хлеб ржано-пшеничный                            | 23         | 2,17                           | 46,40            | 1,12         | 0,22         | 9,88          |
| итого за обед    |             |                    |   | <b>818</b> | <b>100,00</b>                  | <b>701,20</b>    | <b>24,69</b> | <b>18,55</b> | <b>108,12</b> |

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

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

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

Зав.производства  Дроздов А.А.


Ответственный по питанию  Каляпкина М. И.



**Меню на 02.10.2024г**  
 для учащихся 1-4 классов

| прием пищи              | № рец        | Наименование блюда | вес<br>блюда                                       | цена          | энергети<br>ческая | Пищевые вещества |              |               |       |
|-------------------------|--------------|--------------------|--|---------------|--------------------|------------------|--------------|---------------|-------|
|                         |              |                    |  |               |                    | белки            | жиры         | углеводы      |       |
| завтрак                 | гор блюдо    | 173                | Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (Геркулес) | 220           | 33,80              | 280,00           | 6,20         | 10,90         | 39,20 |
|                         | гор. напиток | 379                | Кофейный напиток с молоком                         | 200           | 18,59              | 142,00           | 3,35         | 2,60          | 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 крестьянское (порциями)            | 10            | 15,52              | 66,20            | 0,10         | 7,25          | 0,14  |
|                         |              | 15                 | Сыр "Российский" (порциями)                        | 14            | 15,17              | 50,96            | 3,25         | 4,13          | 0,00  |
| <b>итого за завтрак</b> |              |                    | <b>624</b>   | <b>100,00</b> | <b>691,86</b>      | <b>16,71</b>     | <b>26,88</b> | <b>93,54</b>  |       |
| Обед                    | закуска      | 71                 | Овощи свежие (помидор)                             | 60            | 9,86               | 14,40            | 0,66         | 0,10          | 2,28  |
|                         | 1блюдо       | 101                | Суп картофельный с крупой рисовой                  | 250           | 8,74               | 134,00           | 2,20         | 5,10          | 20,00 |
|                         | 2блюдо       | ГТК 290            | Рагу из птицы 80/150                               | 230           | 51,94              | 329,00           | 21,20        | 19,50         | 17,10 |
|                         | напиток      | 348                | Компот из изюма                                    | 200           | 12,60              | 135,00           | 0,48         | 0,10          | 33,00 |
|                         | хлеб белый   |                    | 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)                             | 130           | 12,48              | 61,10            | 0,52         | 0,52          | 11,44 |
| <b>Итого за обед</b>    |              |                    | <b>920</b>   | <b>100,00</b> | <b>802,10</b>      | <b>29,39</b>     | <b>26,94</b> | <b>106,80</b> |       |

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 03.10.2024**

для учащихся 1-4 классов

| прием пищи       | № реца      | Наименование блюда                     | вес<br>блюда | цена          | энергети<br>ческая<br>ценность | Пищевые вещества |              |               |
|------------------|-------------|--|--------------|---------------|--------------------------------|------------------|--------------|---------------|
|                  |             |  |              |               |                                | белки            | жиры         | углеводы      |
| завтрак          | гор.блюдо   | 204 Макароны отварные с сыром          | 150          | 34,95         | 303,00                         | 10,30            | 13,50        | 35,30         |
|                  | гор.напиток | 382 Какао с молоком                    | 200          | 17,96         | 139,00                         | 3,80             | 3,04         | 26,40         |
|                  | хлеб        | Хлеб пшеничный                         | 40           | 3,36          | 109,60                         | 4,28             | 1,87         | 17,47         |
|                  | хлеб ржаной | Хлеб ржано-пшеничный                   | 24           | 2,22          | 78,88                          | 1,90             | 0,37         | 16,80         |
|                  | фрукты      | 338 Фрукты свежие (яблоко)             | 150          | 14,40         | 70,50                          | 0,60             | 0,60         | 14,70         |
|                  | закуска     | 71 Овощи свежие (помидор)              | 60           | 11,59         | 14,40                          | 0,66             | 0,10         | 2,28          |
|                  |             | 14 Масло сливочное                     | 10           | 15,52         | 66,20                          | 0,10             | 7,25         | 0,14          |
| Итого за завтрак |             |  | <b>634</b>   | <b>100,00</b> | <b>781,58</b>                  | <b>21,64</b>     | <b>26,73</b> | <b>113,09</b> |
| Обед             | закуска     | 71 Овощи свежие (помидор)              | 60           | 10,39         | 14,40                          | 0,66             | 0,10         | 2,28          |
|                  | 1блюдо      | 103 Суп картофельный с макаронами      | 250          | 8,81          | 128,00                         | 2,7              | 2,8          | 22,90         |
|                  | 2блюдо      | 279 Тефтели из говядины с соусом 60/50 | 110          | 46,87         | 194,00                         | 8,5              | 13,60        | 9,41          |
|                  | гарнир      | 279 Каша гречневая рассыпчатая         | 150          | 16,51         | 242,00                         | 8,6              | 5,90         | 38,70         |
|                  | 3 блюдо     | 348 Компот из плодов сушеных (курага)  | 200          | 13,04         | 126,00                         | 0,77             | 0,04         | 27,30         |
|                  | хлеб белый  | Хлеб пшеничный                         | 30           | 2,52          | 82,20                          | 3,21             | 1,40         | 13,10         |
|                  | хлеб ржаной | Хлеб ржано-пшеничный                   | 20           | 1,86          | 46,40                          | 1,12             | 0,22         | 9,88          |
| итого за обед    |             |  | <b>820</b>   | <b>100,00</b> | <b>833,00</b>                  | <b>25,56</b>     | <b>24,06</b> | <b>123,57</b> |

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

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

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

Зав.производства  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 04.10.2024г**  
для учащихся 1-4 классов

| прием пищи       | № рец        | Наименование блюда                                   | вес<br>блюда                            | цена   | энергети<br>ческая | Пищевые вещества |       |          |       |
|------------------|--------------|--|---|--------|--------------------|------------------|-------|----------|-------|
|                  |              |  |   |        |                    | белки            | жиры  | углеводы |       |
| завтрак          | гор блюдо    | Птица запеченная с гарниром "Рис<br>отварной" 50/100 | 150                                     | 44,55  | 385,00             | 21,30            | 22,40 | 24,50    |       |
|                  | гор. напиток | Чай с сахаром  | 215                                     | 2,13   | 56,50              | 0,38             | 0,00  | 13,70    |       |
|                  | хлеб         | Хлеб пшеничный                                       | 30                                      | 2,52   | 82,20              | 3,21             | 1,40  | 13,10    |       |
|                  | фрукты       | Фрукты свежие (яблоко)                               | 150                                     | 14,40  | 70,50              | 0,60             | 0,60  | 14,70    |       |
|                  | закуска      | Огурец свежий  | 60                                      | 6,55   | 6,60               | 0,42             | 0,06  | 1,14     |       |
|                  |              | 14   | Масло сливочное крестьянское (порциями) | 10     | 15,52              | 66,20            | 0,10  | 7,25     | 0,14  |
|                  |              | 15   | Сыр "Российский" (порциями)             | 14     | 14,33              | 50,96            | 3,25  | 4,13     | 0,00  |
| Итого за завтрак |              |  | 629                                     | 100,00 | 717,96             | 29,26            | 35,84 | 67,28    |       |
| Обед             |              | 71   | Овощи натуральные свежие(помидор)       | 60     | 8,86               | 14,4             | 0,66  | 0,1      | 2,28  |
|                  | 1блюдо       | 96   | Рассольник по-Петербургски              | 250    | 9,32               | 134,00           | 2,00  | 5,11     | 20,00 |
|                  | 2блюдо       | ТТК294   | Котлета рубленая из птицы с маслом100/5 | 105    | 51,56              | 249,00           | 16,00 | 14,20    | 14,20 |
|                  | сладкое      | 309  | Макароны отварные                       | 150    | 12,12              | 191,00           | 5,50  | 3,80     | 33,80 |
|                  | напиток      | 348  | Компот из чернослива                    | 200    | 13,76              | 135,00           | 0,48  | 0,10     | 33,00 |
|                  | хлеб белый   |  | Хлеб пшеничный                          | 30     | 2,52               | 82,20            | 3,21  | 1,40     | 13,10 |
|                  | хлеб черн    |  | Хлеб ржано-пшеничный                    | 20     | 1,86               | 46,40            | 1,32  | 0,22     | 9,88  |
| Итого за обед    |              |  | 815                                     | 100,00 | 852,00             | 29,17            | 24,93 | 126,26   |       |

Зав.производства  Дроздов А.А.

Ответственный по питанию  Каляпкина М. И.