



Меню на 19.05.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса	220	37,80	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,03	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)	147	17,56	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
				622	76,72	594,00	7,31	19,37	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. производством  Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию 



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №30

Костина О.А.

Меню на 20.05.2025

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рсца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	55,50	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,03	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)	138	16,47	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				533	76,72	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. производством _____ Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию _____



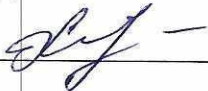
Меню на 21.05.2025
для учащихся 1-4 классов

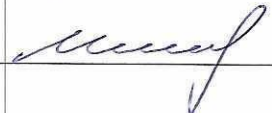
прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	204 Макароны отварные с сыром	150	39,04	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	4,21	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,14	61,1	0,52	0,52	11,44
		14 Масло сливочнос крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
итого за завтрак			542	76,72	512,00	14,07	21,07	63,28

*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. производством  Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию 



Меню на 22.05.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рпц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	48,64	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,21	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,63	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	143	17,16	61,10	0,52	0,52	11,44
			Хлеб ржано-пшеничный	30	3,08	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за завтрак				585	76,72	573,20	20,69	19,94	74,32

*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. производством Гамзяян Н.Н.

Ответственный по питанию



Меню на 23.05.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	173	Капна вязкая молочная из крупы (манная)	200	40,62	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,03	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	14,74	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				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  Гамзаян Н.П.

Ответственный по питанию 



Марьева Т.П.



Костина О.А.

Меню на 26.05.2025

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	183	Капша жидкая молочная из гречневой крупы	220	41,56	302,00	13,00	8,30	76,10
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,03	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	15,60	61,10	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр "Российский" порционно	12	14,81	36,20	2,30	2,90	0,00
Итого за завтрак				607	76,72	538,00	19,41	13,12	114,34

*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) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством  Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию 

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №30

Костина О.А.

Меню на 19.05.2025

прием пищи	№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
закуска	71	Помидор свежий	55	16,47	6,60	0,66	0,06	1,34
Обед	1 блюдо	88 Суп крестьянский из пшеничной крупы	250	11,60	105,00	2	6,19	10,30
	2 блюдо	279 Тефтели из говядины 50/60	110	48,00	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	309 Макароны отварные	150	13,1	191,00	5,2	3,70	34,20
	сладкое	1010 Напиток яблочный	200	6,06	113,00	0,18	0,16	27,70
	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
Итого за обед			815	100,00	712,20	21,01	21,73	107,22

*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 _____ Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию _____



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №30

Костина О.А.

Меню на 20.05.2025

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71 Огурец свежий	40	8,20	6,60	0,42	0,06	1,14
	1 блюдо	103 Суп картофельный с макаронами	250	14,67	137,00	2,9	5,2	19,60
	2 блюдо	ТТК 290 Рагу из птицы 80/150	230	64,38	329,00	21,2	19,50	17,10
	сладкое	342 Компот из яблок свежих	200	7,98	113,00	0,18	0,16	27,70
	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
итого за обед			770	100,00	714,20	29,03	26,54	88,52

*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. производством _____ Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию _____



Меню на 21.05.2025

прием пищи		№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	1блюда	82	Борщ с картофелем и капустой	250	13,31	110,00	1,7	4,9	14,80
	2блюда	294	Котлеты из птицы с соусом 70/30	100	41,17	198,00	13,8	10,60	12,60
	гарнир	173	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,66	192,00	6,9	4,9	30,00
	сладкое	349	Компот из кураги	200	12,59	117,00	0,5	0	28,90
	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
фрукты		338	Фрукты свежие (яблоко)	121	14,50	61,1	0,52	0,52	11,44
Итого за обед				871	100,00	806,70	27,75	22,54	120,72

*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. производством  Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию





Меню на 22.05.2025

прием пищи		№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Огурец свежий	55	11,14	6,60	0,42	0,06	1,14
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	12,59	162,00	5,30	5,20	23,50
	2 блюдо	234	Котлета рыбная с соусом томатным 60/40	100	36,92	173,00	11,10	6,90	11,80
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	27,49	138,00	3,13	4,50	21,20
	сладкое	1010	Напиток яблочный	200	6,06	113,00	0,12	0,21	25,20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	3,08	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед				815	100,00	721,20	24,40	18,49	105,82

*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)

Зав. производством Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.И.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №30

Костина О.А.

Меню на 23.05.2025

прием пищи		№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Огурец свежий	46	9,50	6,60	0,42	0,06	1,14
	1блюдо	101	Суп картофельный с крупой пшено	250	14,65	134,00	2,20	5,10	20,00
	2блюдо	ГТК293	Птица запеченая	100	47,48	198,00	13,80	10,60	12,60
	гарнир	302	Каша рассыпчатая гречневая	150	17,04	191,00	5,50	3,80	33,80
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	5,53	117,00	0,50	0,00	28,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	3,08	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед				806	100,00	775,20	26,75	21,18	119,42

*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. производством _____ Гамзаян И.И.

Ответственный по питанию _____



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьсва Т.Н.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №30

Костина О.А.

Меню на 26.05.2025г

прием пищи		№ реп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетиче- ская	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Огурец свежий	30	6,48	3,3	0,21	0,03	0,67
	1 блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	13,31	110	1,7	4,9	14,8
	2 блюдо	ТТК294	Биточки из птицы с соусом 70/30	100	38,73	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,66	238	4,37	4,15	238
	сладкое	388	Напиток из шиповника	200	8,65	112	0,66	0,25	26,8
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,4	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	120	14,40	61,1	0,52	0,52	11,44
Итого за обед				900	100,00	902,00	27,79	25,67	328,89

Зав. производством

Гамзаян Н.Н.

Ответственный по питанию