





Утверждаю  
 Директор ООО "Дружба"  
 Марьева Т.И.



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №16  
 Мерзлякова О.Е.

**Меню на 13.03.2025**  
 для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291 Плов из птицы	150	42,91	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	61,10	0,52	0,52	11,44
	70 Овощи солёные (огурец)		60	14,35	8,10	0,55	0,06	1,34
<b>Итого за завтрак</b>			<b>585</b>	<b>76,72</b>	<b>533,90</b>	<b>20,06</b>	<b>19,78</b>	<b>65,58</b>
обед	1 блюдо	102 Суп картофельный с горохом	200	7,82	162,00	5,30	5,20	23,50
	2 блюдо	234 Котлета рыбная с соусом томатным	100	36,90	173,00	11,10	6,90	11,80
	гарнир	312 Пюре картофельное	150	22,02	138,00	3,13	4,50	21,20
	сладкое	1010* Напиток яблочный	200	5,88	106,00	0,12	0,21	25,20
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,05	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,12	0,22	9,88
<b>Итого за обед</b>			<b>700</b>	<b>76,72</b>	<b>707,60</b>	<b>23,98</b>	<b>18,43</b>	<b>104,68</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)

Зав. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



**Меню на 12.03.2025**  
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	4,36	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	13,99	61,1	0,52	0,52	11,44
	14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14	
<b>Итого за завтрак</b>				<b>542</b>	<b>76,72</b>	<b>512,00</b>	<b>14,07</b>	<b>21,07</b>	<b>63,28</b>
обед	1 блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	11,41	110,00	1,7	4,9	14,80
	2 блюдо	ГТК294	Котлета из птицы с соусом	100	40,91	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 сухофруктов	200	5,57	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	24	2,45	46,40	1,12	0,22	9,88
<b>Итого за обед</b>				<b>754</b>	<b>76,72</b>	<b>745,60</b>	<b>27,23</b>	<b>22,02</b>	<b>109,28</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. производством \_\_\_\_\_ Суховсева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



**Меню на 11.03.2025**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	56,29	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	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	140	15,53	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				<b>535</b>	<b>76,72</b>	<b>506,2</b>	<b>14,61</b>	<b>6,6</b>	<b>93,74</b>
Обед	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	10,76	137,00	2,9	5,2	19,60
	2 блюдо	ТТК 290	Рагу из птицы 80/150	230	53,36	334,00	21,2	19,50	17,10
	сладкое	1010*	Напиток яблочный	200	5,88	106,00	0,12	0,21	25,20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,64	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				<b>750</b>	<b>76,72</b>	<b>705,60</b>	<b>28,55</b>	<b>26,53</b>	<b>84,88</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. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



Утверждаю  
 Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №16

Мерзлякова О.Е.

**Меню на 10.03.2025**

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	39,13	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)	144	16,08	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
<b>Итого за завтрак</b>				<b>619</b>	<b>76,72</b>	<b>594,00</b>	<b>7,31</b>	<b>19,37</b>	<b>91,28</b>
обед	1 блюдо	88	Суп крестьянский из пшеничной крупы	200	7,55	105,00	2	6,19	10,30
	2 блюдо	279	Тефтели из говядины 50/60	110	43,64	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	309	Макароны отварные	150	13,1	191,00	5,2	3,70	34,20
	сладкое	342	Компот из яблок свежих	200	7,66	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	1,32	0,22	9,88
<b>Итого за обед</b>				<b>710</b>	<b>76,72</b>	<b>705,60</b>	<b>20,55</b>	<b>21,67</b>	<b>105,88</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. производством \_\_\_\_\_ Суховсева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ершкіна Н.А.



Утверждаю  
 Директор ООО "Дружба"  
 Марьева Т.И.



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №16  
 Мерзлякова О.Е.

**Меню на 10.03.2025**  
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
обед	1 блюдо	88 Суп крестьянский из пшеничной крупы	200	7,55	105,00	2	6,19	10,30	
	2 блюдо	294 Котлеты из птицы 60/40	100	33,40	198,00	13,8	10,60	12,60	
	гарнир	309 Макароны отварные	150	13,1	191,00	5,2	3,70	34,20	
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0	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	1,32	0,22	9,88
<b>Итого за обед</b>			<b>715</b>	<b>61,00</b>	<b>679,10</b>	<b>25,91</b>	<b>22,11</b>	<b>93,78</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. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



Утверждаю  
 Директор ООО «Дружба»

Марьева Т.П.



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №16

Мерзлякова О.Е.

**Меню на 11.03.2025**

для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	103 Суп картофельный с макаронами	250	10,76	137,00	2,9	5,2	19,60
	2 блюдо	ТТК 290 Рагу из птицы	175	36,19	334,00	21,2	19,50	17,10
	сладкое	388 Напиток из шиповника	200	8,66	106,00	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	26	2,67	46,40	1,32	0,22	9,88
итого за обед			<b>681</b>	<b>61,00</b>	<b>705,60</b>	<b>28,75</b>	<b>26,53</b>	<b>84,88</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. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



Утверждаю  
 Директор ООО "Дружба"  
 Марьева Е.И.



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №16  
 Мерзлякова О.Е.

**Меню на 12.03.2025**  
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	82 Борш с картофелем и капустой	200	9,13	110,00	1,7	4,9	14,80
	2блюдо	294 Котлеты из птицы 60/40	100	33,4	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	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,63	82,20	3,21	1,40
Итого за обед			<b>695</b>	<b>61,00</b>	<b>638,70</b>	<b>25,99</b>	<b>21,80</b>	<b>84,20</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

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

Зав. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.





Утверждаю  
 Директор ООО "Дружба"

Марьсва Т.Г.



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №16

Мерзлякова О.Е.

**Меню на 13.03.2025**  
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	102 Суп картофельный с горохом	200	7,82	162,00	5,30	5,20	23,50
	2 блюдо	234 Котлета рыбная с соусом томатным	100	36,90	173,00	11,10	6,90	11,80
	гарнир	312 Пюре картофельное	100	12,5	138,00	3,13	4,50	21,20
	сладкое	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,60	82,20	3,21	1,40
<b>Итого за обед</b>			<b>645</b>	<b>61,00</b>	<b>611,70</b>	<b>23,12</b>	<b>18,00</b>	<b>83,30</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 (кофе, чай, какао, кофейный напиток, сок)

Зав. производством \_\_\_\_\_ Сужовеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



Утверждаю  
Директор ООО «Дружба»

Марьсва Т.Н.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОИИ №16

Мерзлякова О.Е.

**Меню на 14.03.2025**

для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	всс блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
обед	1блюдо	101	Суп картофельный с крупой пшено	200	8,62	134,00	2,20	5,10	20,00
	2блюдо	ТТК293	Птица запеченая	100	36,55	198,00	13,80	10,60	12,60
	гарнир	302	Каша рассыпчатая гречневая	100	11,21	191,00	5,50	3,80	33,80
	сладкое	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,44	82,20	3,21	1,40	13,10
<b>Итого за обед</b>			<b>645</b>	<b>61,00</b>	<b>661,70</b>	<b>25,09</b>	<b>20,9</b>	<b>93,2</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. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



**Меню на 10.03.2025**  
 для детей участников СВО

прием пищи	№ рецеп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из риса	220	39,13	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
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	15	Сыр российский порционнo	11	13,46	36,20	2,30	2,90	0,00	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>616</b>	<b>88,66</b>	<b>630,20</b>	<b>9,61</b>	<b>22,27</b>	<b>91,28</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. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



Утверждаю  
 Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.Б.



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №16

Мерзлякова О.Е.

**Меню на 11.03.2025**  
 для детей участников СВО

прием пищи	№ рсца	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	56,29	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	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	12,91	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак				535	88,66	572,4	14,71	13,85	93,88

- \*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 \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина И.А.



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева С.П.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №16

Мерзлякова О.Е.

**Меню на 12.03.2025**  
для детей участников СВО

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	4,36	57,50	0,44	0,00	13,90
	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 крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
	70	Огурец соленый	60	11,37	8,1	0,66	0,06	1,34	
<b>итого за завтрак</b>				<b>602</b>	<b>88,66</b>	<b>520,10</b>	<b>14,73</b>	<b>21,13</b>	<b>64,62</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. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.



**Меню на 13.03.2025**  
для детей участников СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	291 Плов из птицы	150	42.91	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	30	2.72	82.20	3,21	1,40	13,10
			Хлеб ржано-пшеничный	20	2.05	46.40	1,12	0,22	9,88
		338 Фрукты свежие (яблоко)	150	16.8	61.10	0.52	0.52	11,44	
		71 Овощи свежие (огурец)	60	19.82	6.60	0.42	0.06	1.14	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>632</b>	<b>88,66</b>	<b>579,80</b>	<b>21,11</b>	<b>20,00</b>	<b>75,46</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. производством \_\_\_\_\_ Суховеева Е.Ю.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Ерешкина Н.А.

