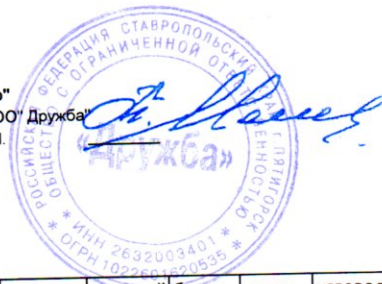


"Согласовано"
Директор МБОУ СОШ №31
Золотухина Т.А.



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



18.01.2022
Меню

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,20	0,10	7,25	0,10
	закуска	70	Огурец свежий	20	3,74	3,30	0,21	0,03	0,57
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	31,06	137,00	11,90	5,29	10,50
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	16,8	138,00	3,13	4,50	21,20
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56,00	0,37	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	29	1,87	70,80	2,28	0,24	14,80
	итого			509	63,61	471,30	17,99	17,31	60,87
обед	закуска	70	Салат из свеклы отварной с сыром	50	9,77	72,06	2,33	4,72	1,46
	1 блюдо	99	Суп из овощей	250	12,55	119	1,88	7,1	11,7
	2блюдо	290	Птица тушенная в соусе	100	43,97	205	13,1	15,9	3,36
	гарнир	305	Каша пшеничная	150	10,18	208	3,37	4,2	39,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,50	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,4	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,08	102	0,12	0,1	25,2
	итого			800	84,88	816,76	24,44	32,56	103,82
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	16,74	96	0	0	24
	фрукты	338	Банан свежий	210	34,77	211,2	3,3	1,1	46,2
	итого			410	51,51	307,20	3,30	1,10	70,20
	итого				200,00	1595,26	45,73	50,97	234,89
	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 питанию _____ (Шитикова И.В.)



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 18.01.2022
для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо		Суп овощной	200	11,38	91	3	4,2	10,2
	2блюдо	234/330	Птица тушеная в соусе	100	28,95	205	13,1	15,9	3,36
	гарнир	304	Рис отварной	100	7,48	208	3,7	4,2	39,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0,55	70,8	2,28	0,24	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56	0,37	0	13,7
	итого			620	50,00	630,80	22,45	24,54	81,76
	всего за день					1698,95	61,84	69,45	204,5

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

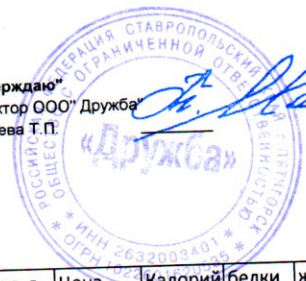
Зав.производством Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию

"Согласовано"
Директор МБОУ СОШ №41
Золотухина Т.А.



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



18.01.2022
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,20	0,10	7,25	0,10
	закуска	70	Огурец свежий	20	3,74	3,30	0,21	0,03	0,57
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	31,06	137,00	11,90	5,29	10,50
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	16,8	138,00	3,13	4,50	21,20
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56,00	0,37	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	29	1,87	70,80	2,28	0,24	14,80
				509	63,61	471,30	17,99	17,31	60,87
	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  (Шитикова И.В.)