

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



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



21.01.2022

Меню по бесплатному питанию
 учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	20	18,56	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	20,50	240	6,72	2,59	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	107	0,66	0,25	26,80
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	130	12,48	56,4	0,48	0,5	11,8
	итого			610	63,61	612,5	14,84	16,63	101,94

*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

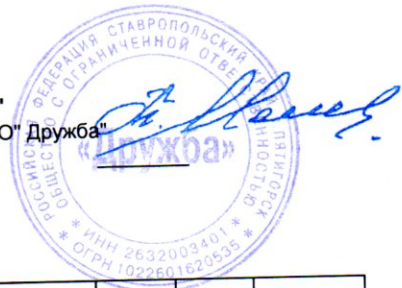
Зав. производством  (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию  (Шитикова И.В.)

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



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



21.01.2022
 Меню

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	20	18,56	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	20,50	240	6,72	2,59	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	107	0,66	0,25	26,80
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	130	12,48	56,4	0,48	0,5	11,8
	итого			610	63,61	612,5	14,84	16,63	101,94
обед	закуска	71	Огурец соленый	40	7,70	3,3	0,21	0,03	0,57
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	8,56	162,00	5,25	5,27	23,50
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	105	48,65	227,00	11,10	15,00	1,30
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,80	241,00	8,57	5,90	38,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	33	2,32	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	348	Компот из чернослив	200	13,19	117,00	0,45	0,00	28,90
	итого			808	99,15	861,30	29,22	26,74	115,77
полдник	фрукты	338	Сок фруктовый	200	16,74	247,00	2,25	12,60	27,90
	выпечка	415	Крендель сахарный	100	20,50	318,00	6,80	8,30	49,20
					37,24				
	всего за день				200,00	1473,80	44,06	43,37	217,71

*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.)


Отв по питанию  (Шитикова И.В.)



Меню на 21.01.2022
для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с рисом	250	8,01	119	1,89	4,99	17
	2блюдо	288	Цыплята отварные	100	25,91	227	11,1	15	1,3
	гарнир	302	Каша пшеничная	150	10,18	208	3,7	4,2	39,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,25	70,8	2,28	0,24	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	18	1,29	40,2	1,36	0,26	7,96
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	3,36	57,5	0,44	0,00	13,90
	итого			738	50,00	722,50	20,77	24,69	94,76

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

Зав.производством  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию 