

"Согласовано"
 Директор МБОУ СОШ №33
 Золотухина Т.А.



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



12.01.2022
 Меню
 учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	15	13,52	36,30	2,30	2,00	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» с сахаром	220	23,01	280	8,87	4,76	50,5
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	3,30	133,4	3,1	2,31	25,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,50	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	140	13,44	75,2	0,64	0,64	15,7
	итого			615	63,61	661,60	17,29	17,20	106,14
обед	закуска	21	Салат из огурцов конс с луком	75	11,63	4,5	0,24	0,03	0,84
	1 блюдо	82	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	260	10,13	167	7,58	9	13,8
	2блюдо	294	Котлета рубленая из птицы 100/5	105	44,44	269	16	16	14,2
	гарнир	305	Рис припущенный	150	9,76	167	2,66	5,4	18,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,45	70,50	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2	40,20	1,36	0,26	7,96
	напиток	348	Компот из кураги	200	12,02	113,00	0,48	0,10	28,00
	итого			860	92,43	831,20	30,60	31,03	98,40
полдник	выпечка	417	Булочка "Гребешок"	80	15,02	230,00	4,00	1,00	50,00
	фрукты	338	Мандарин свежий	93	12,2	100,00	0,00	0,00	24,00
	напиток		Сок фруктовый	200	16,74	74,1	0,52	0,13	15,7
	итого			373	43,96	404,10	4,52	1,13	89,70
	всего за день				200,00	1896,90	52,41	49,36	294,24

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в колпате фрукты свежие заменены сухофруктами

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.



12.01.2022
 Меню
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	16	14,48	36,30	2,30	2,00	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» с сахаром	220	23,01	280	8,87	4,76	50,5
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	3,30	133,4	3,1	2,31	25,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,50	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	12,48	75,2	0,64	0,64	15,7
	итого			606	63,61	661,60	17,29	17,20	106,14
обед	закуска	71	Огурец свежий	50	8,9	4,5	0,24	0,03	0,84
	1 блюдо	82	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	260	10,13	167	7,58	9	13,8
	2блюдо	294	Котлета рубленая из птицы 100/5	105	44,44	269	16	16	14,2
	гарнир	305	Рис припущенный	180	11,72	167	2,66	5,4	18,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,45	70,50	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2	40,20	1,36	0,26	7,96
	напиток	348	Компот из кураги	200	12,02	113,00	0,48	0,10	28,00
итого			865	91,66	831,20	30,60	31,03	98,40	
полдник	выпечка	417	Булочка "Гребешок"	80	15,02	230,00	4,00	1,00	50,00
	напиток		Сок фруктовый	200	16,74	74,1	0,52	0,13	15,7
	фрукты	338	Мандарин свежий	99	12,97	100,00	0,00	0,00	24,00
	итого			379	44,73	304,10	4,52	1,13	65,70
всего за день					200,00	1796,90	52,41	49,36	270,24

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3530-20 в компоте фрукты свежие заменены сухофруктами

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.



12.01.2022
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	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	15	13,52	36,30	2,30	2,00	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» с сахаром	220	23,01	280	8,87	4,76	50,5
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	3,30	133,4	3,1	2,31	25,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,50	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	140	13,44	75,2	0,64	0,64	15,7
	итого			615	63,61	661,60	17,29	17,20	106,14

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в комплекте фрукты свежие заменены сухофруктами

Зав. производством Ильинов А.Н. (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию Шитикова И.В. (Шитикова И.В.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

Меню 12.01.2022

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./ Цена		Калорийность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
82	Борщ с капустой и картофелем	250	9,06	132	2	5,9	19,6
294	Котлета рубленая из птицы	90	29,59	249	16	16	14,2
305	Рис припущенный	150	9,76	240	4	3,1	44
	Хлеб пшеничный	26	1,59	71	2,3	0,2	14,7
	Итого завтрак		50,00	748,00	24,70	25,20	106,20

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Шитикова И.В.