

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



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



13.01.2022

Меню

учащихся 1-4 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	20	16,30	54,30	3,45	4,35	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	20,42	281,00	7,81	2,44	57,90
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	207	3,30	57,50	0,44	0,00	15,30
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,50	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	138	13,25	56,4	0,48	0,5	11,8
	итого			625	63,61	585,90	14,56	14,78	99,84
	закуска	50	Салат из свеклы отварной с сыром	75	14,20	72,06	2,33	4,72	1,46
обед	1 блюдо	99	Суп овощной со сметаной 250/10	260	21,25	114	2,01	6,2	12,5
	2блюда	486	Минтай тушеный с овощами 50/50	100	35,37	176,00	16,40	8,46	11,10
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,82	138,00	3,13	4,50	21,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	71,00	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	24	1,58	50,25	2,04	0,39	11,9
	напиток	348	Компот из чернослива	200	12,94	117	0,45	0	28,9
	итого			775	106	738,31	28,64	24,51	101,76
полдник	выпечка	422	Булочка ванильная	100	13,65	320,00	8,00	8,00	50,00
	напиток		Сок фруктовый	200	16,74	100,00	0,00	0,00	24,00
				300	30,39	420,00	8,00	8,00	74,00
	всего за день			2132	200	2033,41	57	51,19	332,8

Зав. производством  (Ипинов А.Н.)

Отв по питанию  (Шитикова И.В.)

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



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



13.01.2022
 Меню
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Перед.	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	22	19,23	54,30	3,45	4,35	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	20,42	281,00	7,81	2,44	57,90
	гор. напиток	379	Напиток кофейный с молоком	200	13,62	57,50	0,44	0,00	15,30
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,50	2,28	0,24	14,70
	итого			482	63,61	529,50	14,08	14,28	88,04
	закуска	50	Салат из свежы отварной с сыром	75	14,20	72,06	2,33	4,72	1,46
обед	1 блюдо	99	Суп овощной	250	11,28	114	2,01	6,2	12,5
	2блюда	486	Минтай тушеный с овощами 75/75	150	52,93	176,00	16,40	8,46	11,10
	гарнир	312	Пюре картофельное	180	22,58	138,00	3,13	4,50	21,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,44	71,00	2,28	0,24	14,70
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	4,81	117	0,45	0	28,9
	итого			775	108,24	738,31	28,64	24,51	101,75
полдник	выпечка	422	Булочка ванильная	100	13,65	320,00	8,00	8,00	50,00
	Напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	14,5	96	0	0	24
				300	28,15	416,00	8,00	8,00	74,00
	всего за день				200,00	1683,81	50,72	46,79	263,80

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.




13.01.2022
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	порц.	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	20	16,30	54,30	3,45	4,35	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	20,42	281,00	7,81	2,44	57,90
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	207	3,30	57,50	0,44	0,00	15,30
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,50	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	138	13,25	56,4	0,48	0,5	11,8
	итого			625	63,61	585,90	14,56	14,78	99,84

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв. по питанию _____ (Шитикова И.В.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Болотухина Т.А.

Меню 13.01.2022

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./	Цена	Калори йность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
99	Суп овощной	250	11,28	114	2,01	6,2	12,5
234	Котлета рыбная из филе минтая	90	24,90	157	13	7,46	10
309	Макароны отварные	180	8,94	208	3,7	4,2	39,8
	Хлеб ржаной	30	1,84	49,2	1,4	0,3	8
	Хлеб пшеничный	22	1,45	71	2,3	0,2	14,7
376	Чай с сахаром	200	1,59	56	0,4	0	13,7
	Итого завтрак	772	50,00	655,20	22,81	18,36	98,70

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Шитикова И.В.