



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

**Меню на 02.02.2022**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,1
	закуска	71	Огурец свежий	25	4,61	2,2	0,14	0,02	0,28
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	31,02	180	12,7	15,20	2,13
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,07	117	0,45	0	28,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты		Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,1	0,52	0,52	16,4
	<b>итого</b>				<b>506</b>	<b>63,61</b>	<b>497,30</b>	<b>16,19</b>	<b>23,23</b>

\* 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

\* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напитков (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производством *А*

Ответственный по питанию *В. Шен*



Марьева Т.П.

Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

**Меню на 02.02.2022**

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	уг.воды
обед	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	7,95	126	5,28	4,7	15,5
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	110	30,83	227	11,1	15	1,3
	гарнир	202/309	Макароны отварные	100	7,62	190,89	5,18	3,7	34,32
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,96	70,8	2,28	0,24	14,7
	напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56	0,32	0	13,7
	<b>итого</b>			<b>690</b>	<b>50,00</b>	<b>670,69</b>	<b>24,16</b>	<b>23,64</b>	<b>79,52</b>

\* 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

\* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

Зав.производством(буфетчик) \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

**Меню на 02.02.2022**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,1	
	закуска	71	Огурец свежий	25	4,61	2,2	0,14	0,02	0,28	
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	31,02	180	12,7	15,20	2,13	
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,07	117	0,45	0	28,9	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8	
	фрукты		Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,1	0,52	0,52	16,4	
	<b>итого</b>			<b>506</b>	<b>63,61</b>	<b>497,30</b>	<b>16,19</b>	<b>23,23</b>	<b>62,61</b>	
обед	закуска	39	Салат из моркови и яблоком	50	8,29	19	1,07	0,9	3,32	
	1 блюдо	101	Рассольник Домашний со сметаной 250/10	260	37,85	134	2,2	6,99	15,6	
		2блюдо	234	Котлета рыбная из филе минтая 100/5	100	31,38	315	14,5	17	25,5
			312	Пюре картофельное	150	18,82	186	14,6	8,3	13,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8	
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,4	40,2	1,36	0,3	8	
	гор. напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,08	113	0,12	0,1	33	
	<b>итого</b>			<b>810</b>	<b>104,75</b>	<b>878</b>	<b>36,13</b>	<b>33,83</b>	<b>113,42</b>	
	полдник	фрукты		Яблоко свежий	155	14,9	220	3,45	1,15	48,3
напиток			Сок фруктовый в индив.упаков	200	16,74	82	0,2	0,4	19,8	
<b>итого</b>				<b>355</b>	<b>31,64</b>	<b>302</b>	<b>3,65</b>	<b>1,55</b>	<b>68,1</b>	

\* 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

\* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производством

Ответственный по питанию



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.



**Меню на 02.02.2022**

для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,1	
	закуска	71	Огурец свежий	25	4,61	2,2	0,14	0,02	0,28	
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	31,02	180	12,7	15,20	2,13	
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,07	117	0,45	0	28,9	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8	
	фрукты		Фрукты свежие (яблоко)	130	12,48	61,1	0,52	0,52	16,4	
	<b>итого</b>				<b>506</b>	<b>63,61</b>	<b>497,30</b>	<b>16,19</b>	<b>23,23</b>	<b>62,61</b>
обед	закуска	39	Салат из моркови и яблоком	50	8,29	19	1,07	0,9	3,32	
	1 блюдо	101	Рассольник Домашний со сметаной 250/10	260	37,85	134	2,2	6,99	15,6	
		2блюдо	234	Котлета рыбная из филе минтая 100/5	100	31,38	315	14,5	17	25,5
		312	Пюре картофельное	150	18,82	186	14,6	8,3	13,2	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8	
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,4	40,2	1,36	0,3	8	
	гор. напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,08	113	0,12	0,1	33	
	<b>итого</b>				<b>810</b>	<b>104,75</b>	<b>878</b>	<b>36,13</b>	<b>33,83</b>	<b>113,42</b>
	полдник	фрукты		Яблоко свежий	155	14,9	220	3,45	1,15	48,3
		напиток		Сок фруктовый в индив.упаков	200	16,74	82	0,2	0,4	19,8
<b>итого</b>				<b>355</b>	<b>31,64</b>	<b>302</b>	<b>3,65</b>	<b>1,55</b>	<b>68,1</b>	

\* 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

\* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производством 

Ответственный по питанию 