


 Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"
 Марьева Т.П.


 Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №31
 "Соединение" "Гармония"
 Золотухина Т.П.

Меню на 08.02.2022

прием пищи	раздел	Нормы	Блюдо	Выход г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	220	23,37	339	8,84	0	5,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	0,6	0,6	
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,40	40,2	1,36	0,3	
	фрукты		Яблоко свежее	137	13,16	56,4	0,48	0,48	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	56	0,2	0	
	итого			617	50,00	628,6	11,58	18,63	10,17

Зав. производством (буфетчик) Ильин А.

Ответственный по питанию И.И.И.

Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"
 Марьева Т.П.



Меню на 08.02.2022
 для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№реп	Блюдо	Выход. г	Цена	Ккал	белки	жиры	углев.
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	60,2	0,1	7,2	0,1
	гор. блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и соусом	170	25,48	459	15,2	6,8	35,0
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,51	150,8	3,76	3,2	26,74
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	14,8
	фрукты		Яблоко свежее	158	15,19	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			582	63,61	811,1	21,63	18,27	138,17
обед	закуска	71	Огурец свежий	50	8,90	7,5	1,4	0,1	
	1 блюдо	98	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	7,95	96,8	11,5	5,3	10,3
	2блюдо	260	Гуляш из говядины	100	74,06	217	14	17	2
	гарнир	309	Макаронь отварные	180	9,1	202	6	4	35
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	50	3,12	118	3,8	0,4	24,6
	хлеб ржаной		Хлеб ржаной	30	2,1	40,2	1,36	0,3	8
	гор. напиток	348	Компот из яблок	200	7,19	56	0,47	0,1	0,1
		итого			860	112,42	735,5	27,43	27,1
полдник	сок		Сок фруктовый	200	14,5	82	0,2	0,1	
	фрукты		Яблоко свежее	100	9,47	61,1	0,52	0,52	
	итого			300	23,97	143,1	0,72	0,92	31,2
	итого			1742	200	1689,7	49,78	46,29	261,8

* 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

Зав.производства Михайлов А
 Ответственный по питанию В. Улитин