



Меню на 09.02.2022

прием ниши	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное крестьянское	10	8,5	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор.блюдо	183	Каши молочная гречневая с сахаром	220	29,00	261	6,84	11,00	33,8
	гор. напиток		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,8	2,28	0,24	11,7
	хлеб	376	Чай с сахаром	200	1,64	56	0,32	0,00	
	фрукты		Мандарин	68	8,93	57,72	1,15	0,30	
	итого			528,00	50,00	511,72	10,69	18,79	
	закуска	71	Огурец свежий	20,00	3,69	2,20	0,14	0,02	

Зав. производством (буфетчик)

Шешнев А

Ответственный по питанию

В.Шен-



Меню на 09.02.2022
для учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№п/п	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	75	0,1	8,2	0,1	
		гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	31,02	140	12,7	15,20	5,60
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	222	1,64	56	0,32	0	13,7	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	74	2,05	0,8	12,2	
	хлеб		Хлеб ржаной	18	1,40	40,2	1,36	0,3	8	
фрукты			Мандарин свежий	146	19,12	61,1	0,52	0,52	11,44	
	итого			537	63,61	446,30	17,05	25,02	51,04	
обед	1 блюдо	21	Салат из соленых огурцов	30	5,99	11,63	0,86	5,1	2,61	
		82	Борщ из свежей капусты и картофеля	250	9,64	71,6	1,7	4,92	5,11	
	2блюдо	294	Котлета рубленая из птицы	95	47,59	188	13	14	12,4	
	гарнир	305	Рис припущенный	180	11,72	238	4,4	4,1	46	
	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	342	Компот из свежих яблок	200	7,84	113	0	0	27	
	итого			835	88	780,43	25,12	28,82	125,72	
	полдник	напиток		Сок фруктовый	200	16,74	82	0,2	0,4	19,8
		фрукты	338	Мандарин свежий	141	18,5	61,1	0,52	0,52	11,44
422			Булочка ванильная	100	13,15	318	6,8	8,3	49,2	
итого				441	48,39	461,1	7,52	9,22	80,44	
итого			1813,00	200,00	1687,83	49,69	63,06	257,20		

* 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 № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

Зав.производства Шившов А

Ответственный по питанию И. Шивш