



15.03.2022  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводь
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	31,11	137,00	11,90	5,29	10,
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,93	138,00	3,13	4,50	21,
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,28	57,60	0,44	0,00	13,
	хлеб		Хлеб пшеничный	41	2,65	70,80	2,28	0,24	14,
	итого			516	63,61	469,60	17,85	17,28	60,5

- \*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 №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством Ильинов А.Н. (Ильинов А.Н.)  
Ответственная по питанию Шитикова И.В. (Шитикова И.В.)





**Меню 15.03.2022**

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./	Цена	Калори йность	белки	жиры	углеводы
	<b>Обед</b>						
102	Суп картофельный с горохом	200	7,41	129	4,2	4,16	18,6
290	Птица тушеная в соусе 50/50(Бедро ЦБ)	100	25,83	158	11,6	10,2	1,68
302	Каша гречневая рассыпчатая	100	13,02	160	3,2	9,05	17,68
	Хлеб пшеничный	23	1,46	71	2,3	0,2	14,7
376	Чай с сахаром 200/15	215	2,28	56	0,4	0	13,7
	Итого завтрак		<b>50,00</b>	574,00	21,70	23,61	66,36

Зав.производства Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию Шитикова И.В.

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



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



15.03.2022

**учащихся 5-11 классов**

прием пищи	раздел	Нор.ц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	31,11	137,00	11,90	5,29	10,50
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,93	138,00	3,13	4,50	21,20
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,28	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	41	2,65	70,80	2,28	0,24	14,80
	итого			501	63,61	469,60	17,85	17,28	60,50
обед	закуска	70	Огурец соленый	15	3,48	4,50	0,24	0,30	0,84
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,26	129	4,2	4,16	18,6
	2блюдо	290	Птица тушеная в соусе 50/50	100	39,29	158	11,6	10,2	1,68
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	180	23,44	160	3,2	9,05	17,68
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,50	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,64	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	348	Компот из изюма	200	7,83	136	0,12	0,1	33
	итого			795	86,87	698,2	23	24,35	94,6
	полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	19,5	96	0	0
	кондит.изделие		Конфета вафельная "Амаре"	45	30,02	275	2,5	14	31
	итого			245	49,52	371,00	2,50	14,00	55,00
	всего за день				200,00	1538,80	43,35	55,63	210,10

\*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 №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

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

Ответственная по питанию \_\_\_\_\_ (Шитикова И.В.)