

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



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



17.03.2022
 Меню
 учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№п/п	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	закуска	15	Сыр Российский	15	14,26	72,00	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная пшенная	220	24,02	328,00	11,83	11,00	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,28	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	12,48	61,1	0,52	0,52	14,5
	итого			620	63,61	655,70	19,77	24,81	91,70
обед	закуска	71	Огурец свежий	18	4,61	3,3	0,21	0,03	0,57
	1 блюдо	103	Суп с макаронными изделиями	250	9,78	99,5	1,9	4,1	13,8
	2блюдо	279	Тефтели из говядины	110	43,66	178,30	13,80	11,40	6,80
	гарнир	310	Картофель отварной	150	18,98	149,00	3,40	5,00	23,60
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,64	40,2	1,36	0,26	7,96
	напиток	348	Компот из кураги	200	13,14	117	0,45	0	28,9
	итого			775	93,74	658,10	23,40	21,03	96,33
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	19,50	96	0	0	24
	выпечка	415	Крендель сахарный	100	23,15	318,00	6,80	8,30	49,20
				300	42,65	414,00	6,80	8,30	73,20
всего за день					200,00	1727,80	49,97	54,14	261,23

- *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.)

Отв по питанию _____ (Шитикова И.В.)

"Согласовано"
Директор МБОУ СОШ №3
Золотухина Т.А.



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



17.03.2022

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№ порции	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	закуска	15	Сыр Российский	15	14,26	72,00	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная пшеничная	220	24,02	328,00	11,83	11,00	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,28	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	12,48	61,1	0,52	0,52	14,5
	итого			620	63,61	655,70	19,77	24,81	91,70

*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.)


Отв по питанию _____ (Шитикова И.В.)



Меню 17.03.2022

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./Цена		Калори йность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
103	Суп с макаронными изделиями	200	7,82	99,5	1,9	4,1	13,8
268	Биточки из говядины с соусом	90	35,07	175	238	16,7	0
309	Макароны отварные	100	5,69	112,22	4	2	19
	Хлеб пшеничный	22	1,42	71	2,3	0,2	14,7
	Итого завтрак		50,00	457,72	246,20	23,00	47,50

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Шитикова И.В.

"Согласовано"
 Директор МБОУ СОШ №3
 Золотухина Т.А.



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



17.03.2022

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№реца	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	закуска	15	Сыр Российский	15	14,26	72,00	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная пшенная	220	24,02	328,00	11,83	11,00	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,28	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	130	12,48	61,1	0,52	0,52	14,5
	итого			605	63,61	655,70	19,77	24,81	91,70
обед	1 блюдо	103	Суп с макаронными изделиями	250	9,78	99,5	1,9	4,1	13,8
	2блюдо	279	Тефтели из говядины	110	43,66	178,30	13,80	11,40	6,80
	гарнир	310	Картофель отварной	180	22,77	149,00	3,40	5,00	23,60
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,46	40,2	1,36	0,26	7,96
	напиток	348	Компот из кураги	200	13,14	120	0,45	0	28,9
	итого			775	93,74	657,80	23,19	21,00	95,76
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	19,50	96	0	0	24
	выпечка	415	Крендель сахарный	100	23,15	318,00	6,80	8,30	49,20
				300	42,65	414,00	6,80	8,30	73,20
	всего за день				200,00	1727,50	49,76	54,11	260,66

*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.)

Отв по питанию Шитикова И.В. (Шитикова И.В.)