

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №34  
Золотухина Т.А.



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



18.03.2022

Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	18	16,71	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	21,57	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,28	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	130	12,48	61,1	0,52	0,52	14,3
	итого			623	63,61	520,2	18,23	26,41	78,84

\*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 И.В. Шитикова (Шитикова И.В.)

"Согласовано"  
 Директор МБОУ СОШ №81  
 Золотухина Т.А.



18.03.2022

Меню

учащихся 1-4 классов

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



прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	18	16,71	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	21,57	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,28	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	130	12,48	61,1	0,52	0,52	14,3
	итого			623	63,61	520,2	18,23	26,41	78,84
обед	закуска	50	Салат из свеклы отварной с сыром	50	10,97	72,1	2,33	4,72	1,46
	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем	250	11,86	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	291	Плов из птицы	240	66,90	315,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	348	Кисель из яблок и вишни	200	7,66	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого			770	99,32	686,90	21,26	28,27	82,66
	полдник	напиток	338	Сок фруктовый	200	19,50	247,00	2,25	12,60
фрукты		338	Мандарин свежий	125	17,57	56,30	0,50	0,50	11,80
итого					37,07	303,30	2,75	13,10	39,70
всего за день				200,00	1510,40	42,24	67,78	201,20	

\*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 №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.)

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

Меню 18.03.2022

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
				ность			
	<b>Обед</b>						
71	Огурец свежий	22	5,6	39,8	0,77	3,04	2,18
87	Щи из свежей капусты	250	11,86	71,6	1,7	3,86	5,11
291	Плов из птицы (Бедро ЦБ)	150	26,69	315,0	14,5	17,0	25,5
	Хлеб ржаной	20	1,64	40,20	1,36	0,30	8,00
	Хлеб пшеничный	30	1,93	71	2,3	0,2	14,7
376	Чай с сахаром	215	2,28	56	0,4	0	13,7
	Итого		<b>50,00</b>	<b>593,60</b>	<b>21,03</b>	<b>24,40</b>	<b>69,19</b>

Зав. производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Шитикова И.В.



"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.



18.03.2022

учащихся 5-11 классов

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



прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	18	16,71	72	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	21,57	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,28	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	130	12,48	61,1	0,52	0,52	14,3
	итого				608	63,61	519,8	18,23	26,41
обед	закуска	70	Салат из свеклы отварной с сыром	50	10,97	72,1	2,33	4,72	1,46
	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем	250	11,86	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	291	Плов из птицы	240	66,90	315,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	348	Кисель из яблок и вишни	200	7,66	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого				770	99,32	686,90	21,26	28,27
полдник	напиток	338	Сок фруктовый	200	19,50	247,00	2,25	12,60	27,90
	выпечка	338	Мандарин свежий	125	17,57	39,50	0,83	0,20	7,80
					37,07	286,50	3,08	12,80	35,70
	итого				200,00	1493,20	42,57	67,48	197,20
всего за день									

\*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр  
производиться в соответствии с таблицей  
может взаимозаменять друг друга

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

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