

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



04.03.2022

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

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



прием пищи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,70	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	20	18,16	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	20,70	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	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			610	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. (Ильинов А.Н.)

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

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

Меню 04.03.2022

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./ Цена		Калорийность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
71	Огурец свежий	16	4,22	39,8	0,77	3,04	2,18
87	Щи из свежей капусты	250	10,45	71,6	1,7	3,86	5,11
291	Плов из птицы (Бедро ЦБ)	150	25,51	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
352	Кисель из яблок и вишни	200	6,25	124,00	0,15	0,12	30,60
	Итого		50,00	661,60	20,78	24,52	86,09

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.



04.03.2022

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,70	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	20	18,16	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	20,70	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	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			610	63,61	520,2	18,23	26,41	78,84
обед	закуска	50	Салат из свеклы отварной с сыром	50	9,93	72,1	2,33	4,72	1,46
	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	20,56	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	291	Плов из птицы	240	65,02	315,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,64	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	348	Кисель из ябллок и вишни	200	6,25	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого			800	105,33	727,10	22,62	28,57	90,66
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	16,74	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Мандарин свежий	99	14,32	37,62	0,79	0,20	7,43
					31,06				
	всего за день				200,00	1247,30	40,85	54,98	169,50

*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 №31
 Золотухина Т.А.

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



04.03.2022

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,70	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	20	18,16	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	20,70	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,64	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			610	63,61	520,2	18,23	26,41	78,84
обед	закуска	50	Салат из свеклы отварной с сыром	50	9,93	72,1	2,33	4,72	1,46
	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	20,56	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	291	Плов из птицы	240	65,02	315,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,93	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,64	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	352	Кисель из яблоч и вишни	200	6,25	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого			800	105,33	727,10	22,62	28,57	90,66
полдник	напиток	338	Сок фруктовый	200	16,74	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Мандарин свежий	99	14,32	37,62	0,79	0,20	7,43
						31,06			
	всего за день				200,00	1247,30	40,85	54,98	169,50

*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.)