

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



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



16.09.2021
 Меню

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы	
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,26	66,20	0,10	7,25	0,14	
	закуска	15	Сыр Российский	10	8,93	54,30	3,45	4,35	0,00	
	закуска	209	Яйцо отварное	40	7,36	56,55	4,78	4,05	0,26	
	гор. блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	220	19,27	257,00	6,07	9,86	36,00	
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	207	4,06	57,50	0,44	0,00	13,90	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,73	70,50	0,60	0,60	14,70	
	фрукты		Яблоко свежее	140	13,97	65,80	0,56	0,56	12,32	
	итого			645	63,58	627,85	16,00	26,67	77,32	
	обед	закуска	71	Помидор свежий	37	2,57	9,60	0,40	0,10	1,52
		1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с рисом и сметаной	260	21,63	241,00	6,00	12,10	27,10
2блюдо		486	Минтай тушеный с овощами	75/75	44,98	176,00	18,40	6,46	11,10	
гарнир		302	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,15	285,00	10,30	6,40	46,50	
хлеб			Хлеб пшеничный	30	1,73	31,81	0,60	0,60	14,70	
хлеб			Хлеб ржаной	20	1,25	40,20	1,36	0,26	7,96	
напиток		348	Компот из кураги	200	10,28	113,00	0,18	0,16	277,00	
итого				775	100,59	896,61	37,24	26,08	385,88	
полдник		фрукты		Яблоко свежее	140	13,89	72,85	0,62	0,62	13,64
		мучное изде.	415	Крендель сахарный	50	8,94	320,00	8,50	8,50	50,00
	напиток		Сок фруктовый	200	13	100,00	0,00	0,00	24,00	
					35,83	492,85	9,12	9,12	87,64	
	всего за день			1420	200,00	2017,31	62,36	61,87	550,84	

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Шитикова И.В.)