



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ № 31 со спортивным укл
 ульяном

Золатукина Т.А.

04.10.2021
 Меню



Утверждено
 Директор ООО "Дружба"

Марьина Т.П.

прием пищи	раздел	Перец.	Блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,24	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	24,76	302	13	12,1	39,2
	гор. напиток	388	Напиток из шиповника	200	10,70	112	0,66	0,25	26,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	71	1	0,6	14,7
	фрукты	338	Груша свежая	155	19,03	70,5	0,6	0,45	15,5
	итого			615	63,58	621,70	15,36	20,65	96,34
обед	закуска	71	Помидор свежий	40	5,47	9,6	0,44	0,08	1,52
	закуска	71	Огурец свежий	47	5,15	5,3	0,32	0,05	0,9
	I Блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	8,15	110	1,69	4,91	14,8
	2блюдо	268	Биточки из говядины	105	53,96	240	13,7	13	16
	гарнир	309	Макароны отварные	180	8,09	202	5,71	4,2	35,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	71	1	1	15
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2	40,2	1,36	0,36	7,96
	напиток	342	Компот из яблок свежих	200	7,16	113	0	0	28
	итого			882	91,83	791,1	24,22	23,5	119,38
	полдник	кондитерское изд		Конфета "Соната"	45	30,02	248	2,25	12,6
напиток			Сок фруктовый вишня	200	15,86	96	0	0	24
итого				245	45,88	70,5	0,6	0,6	13,2
всего за день				1742	201,29	1483,30	40,18	44,75	228,92

Ответственная по питанию И.И.И. Шитикова И.В.

Зав.производства А.И.И. Ильинов А.Н.