



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №31 со спортивным уклоном

Золотухина Т.А.



Утверждено
Директор ООО Дружба

Марьева Т.П.

05.10.2021
Меню

прием пищи	раздел	№реци	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	30	7,24	66,2	0,1	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	30	22,94	108,6	6,9	6	0
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная пшеница	220	20,02	328	11,83	11,00	48,50
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	11,53	139	3,8	3,04	24
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			490	63,58	712,30	23,23	27,89	87,34
обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с фрикадельками	280	45,18	241	12,72	12,1	20,2
	2блюдо	290	Филе птицы тушеное в соусе	50/50	37,44	205	13,1	15,9	2,36
	гарнир	125	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,67	285	10,3	6,4	46,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	71	1	1	15
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,33	40,2	1,36	0,26	7,96
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	4,46	117	0,45	0	28,9
	итого			820	106,93	959,2	38,93	35,66	121,02
полдник	фрукты	338	Груша свежая	145	17,49	68,15	0,58	0,44	14,9
	напиток		Сок фруктовый в инд. упаковке	200	13	96	0	0	24
	итого			345	30,49	164,15	0,58	0,44	38,9
всего за день				1655	200,00	1671,50	62,16	63,55	208,35

Ответственная по питанию И.В. Шитина Шитина И.В.

Зав.производства А.Н. Ильин Ильин А.Н.