



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №31 со спортивным  
 уклоном

Золотухина Т.А.



"Утверждаю"  
 Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

08.10.2021  
 Меню

прием пищи	раздел	№реца.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	7,24	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	15	12,13	54,30	3,45	4,35	0,00
	гор. блюда	208	Лалшевник с творогом	170	29,82	217,00	14,00	4,39	30,30
	гор. напиток	379	Кофейный напиток	200	12,54	142,00	3,35	2,60	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,50	0,60	0,60	14,70
				425	63,58	550,00	21,50	19,19	71,54
обед	закуска	71	Помидор свежий	30	4,37	7,20	0,33	0,10	1,14
	закуска	71	Огурец свежий	40	4,47	4,40	0,28	0,04	0,76
	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты с картошкой	250	9,1	124,00	5,73	12,00	9,70
	2блюдо	291	Плов из птицы	230	45,18	503,00	23,30	27,40	40,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,50	0,60	0,60	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,33	40,20	1,36	0,26	7,96
	напиток	342	Компот из яблок свежих	200	7,16	113,00	0,18	0,16	27,70
				800	73,46	862,30	31,78	40,56	102,66
полдник	мучное изделие	422	Булочка ванильная	100	12,36	320,00	8,5	8,50	50,00
	фрукты	338	Банан свежий	235	34,74	225,60	3,53	1,18	49,40
	напиток		Сок фруктовый вишня	200	15,86	96,00	0,00	0,00	24,00
				535	62,96	641,60	12,03	9,68	123,40
	всего за день			1760	200,00	1412,30	53,28	59,75	174,20

Ответственная по питанию  Шитикова И. В.

Зав.производства  Ильин А. Н.