



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню · 22.10.2021

| № рец | Наименование блюда    | Масса порций | Энерг. ценн. | цена  |
|-------|-----------------------|--------------|--------------|-------|
|       |                       |              | Ккал         |       |
|       | Обед                  |              |              |       |
| 71    | Огурец свежий         | 25           | 7            | 4,24  |
| 87    | Щи из свежей капусты  | 250          | 200          | 9,28  |
| 291   | Плов из птицы         | 150          | 230          | 28,85 |
|       | Хлеб пшеничный        | 30           | 70,8         | 1,84  |
|       | Хлеб ржаной           | 20           | 67,5         | 1,33  |
| 348   | Компот из сухофруктов | 200          | 126          | 4,46  |
|       | Итого завтрак         |              |              | 50,00 |

Зав. производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Шитикова И.В.



"Согласовано"  
 Директор МБОУ СОШ №31 со спорти  
 уклоном

Золотухина Т.А.

22.10.2021  
 Меню



"Утверждаю"  
 Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

| прием пищи | раздел         | №рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | белки  | жиры  | углеводы |
|------------|----------------|-------|-----------------------------------|----------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| завтрак    | закуска        | 14    | Масло сливочное                   | 10       | 7,64   | 66,20        | 0,10   | 7,25  | 0,14     |
|            | закуска        | 15    | Сыр Российский                    | 25       | 21,22  | 90,50        | 5,75   | 7,25  | 0,00     |
|            | гор. блюдо     | 208   | Лепшевик с творогом               | 170      | 31,34  | 217,00       | 14,00  | 4,39  | 30,30    |
|            | гор. напиток   | 376   | Чай с сахаром                     | 200      | 1,53   | 56           | 0,32   | 0     | 13,7     |
|            | хлеб           |       | Хлеб пшеничный                    | 30       | 1,85   | 70,50        | 0,60   | 0,60  | 14,70    |
|            |                |       |                                   | 435      | 63,58  | 500,20       | 20,77  | 19,49 | 58,84    |
| обед       | закуска        | 71    | Огурец свежий                     | 30       | 5,02   | 3,30         | 0,21   | 0,03  | 0,57     |
|            | 1 блюдо        | 88    | Щи из свежей капусты с картофелем | 250      | 9,28   | 124,00       | 5,73   | 12,00 | 9,70     |
|            | 2блюдо         | 291   | Плов из птицы                     | 230      | 45,98  | 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    |
|            |                |       |                                   |          | 760    | 70,62        | 854,00 | 31,38 | 40,45    |
| полдник    | мучное изделие | 422   | Булочка ванильная                 | 100      | 12,75  | 320,00       | 8,5    | 8,50  | 50,00    |
|            | фрукты         | 338   | Банан свежий                      | 210      | 37,19  | 202,00       | 3,00   | 1,00  | 72,00    |
|            | напиток        |       | Сок фруктовый вишня               | 200      | 15,86  | 96,00        | 0,00   | 0,00  | 24,00    |
|            |                |       |                                   |          | 510    | 65,8         | 618,00 | 11,5  | 9,50     |
|            | всего за день  |       |                                   | 1705     | 200,00 | 1354,20      | 52,15  | 59,94 | 160,17   |

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

Зав.производства А.Н. Ильинко Ильинко А.Н.