

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Меню 16.12.2021

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./Цена		Калори йность	Белки	жиры	углеводы
	Обед						
102	Суп картофельный с горохом	250	8,50	114	2,01	6,2	12,5
234	Котлета рыбная из филе минтая	90	26,01	157	13	7,46	10
305	Рис припущенный	150	9,76	208	3,7	4,2	39,8
	Хлеб ржаной	30	2,00	49,2	1,4	0,3	8
	Хлеб пшеничный	35	2,12	71	2,3	0,2	14,7
376	Чай с сахаром	200	1,61	56	0,4	0	13,7
	Итого завтрак	755	50,00	655,20	22,81	18,36	98,70

Зав.производства Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию Шитикова И.В.

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



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



16.12.2021

Меню
 учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нормы	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	20	16,30	72,00	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	21,56	281,00	7,81	2,44	57,90
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	207	3,33	57,50	0,44	0,00	15,30
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	70,50	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Мандарин свежий	92	12,08	34,96	0,74	0,2	6,9
	итого			579	63,61	582,16	15,97	15,93	94,94
обед	закуска	50	Салат из свеклы отварной с сыром	100	18,62	72,06	2,33	4,72	1,46
	1 блюдо	99	Суп овощной со сметаной 200/10	210	21,25	114	2,01	6,2	12,5
	2 блюдо	229	Минтай тушеный с овощами 50/50	100	35,38	115,00	12,30	5,20	7,33
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,82	138,00	3,13	4,50	21,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	71,00	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,33	50,25	2,04	0,39	11,9
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,08	106	0,12	0,1	33
	итого			775	102,32	666,31	24,21	21,35	102,09
полдник	фрукты	338	Груша свежая	132	25,36	75,24	0,53	0,13	16
	сладкое		Вафля шоколадная глазиров. в индив.упак.	20	8,71	96,00	1,10	5,20	11,00
				152	34,07	171,24	1,63	5,33	27,00
	всего за день			1938	200	1708,91	47,61	46,51	281,23

Зав. производством Ильинов А.Н. (Ильинов А.Н.)

Отв. по питанию Шитинова И.В. (Шитинова И.В.)

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



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



16.12.2021
 Меню
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,50	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	20	16,83	72,00	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	21,56	281,00	7,81	2,44	57,90
	гор. напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	13,65	133,4	3,1	2,31	25,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	3,07	118	3,8	0,4	24,6
	итого			500	63,61	670,60	19,41	18,20	107,74
	закуска	50	Салат из свеклы отварной с сыром	50	9,31	72,06	2,33	4,72	1,46
обед	1 блюдо	99	Суп овощной со сметаной	260	11,28	114	2,01	6,2	12,5
	2 блюдо	486	Минтай тушеный с овощами 75/75	150	52,93	176,00	16,40	8,46	11,10
	гарнир	312	Пюре картофельное	180	22,58	168	3,77	5,62	25,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	71,00	2,28	0,24	14,70
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,08	106	0,12	0,1	33
	итого			775	103,02	757,31	28,95	25,73	110,16
полдник	фрукты	338	Груша свежая	128	24,66	72,96	1,11	0,28	33,6
	сладкое		Вафля шоколадная глазир. в индив.упак.	20	8,71	8,71	96	1,1	5,2
				148	33,37	81,67	97,11	1,38	38,80
	всего за день			1855	200	1798,78	151,27	49,21	313,9

Зав. производством А.И. (Ильинов А.Н.)

Отв. по питанию И.В. (Шитикова И.В.)