



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

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



18.10.2022
 Меню по бесплатному питанию
 учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.производство	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,10
				222	3,86	57,60	0,44	0,00	13,90
	гор. напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	60	3,84	6,6	0,7	0,1	1,14
	закуска	71	Огурец свежий	100	30,86	223,00	8,5	15	11,7
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	150	12,47	138,00	3,13	4,50	21,20
	гарнир	312	Пюре картофельное	30	2,17	70,80	2,28	0,20	14,80
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	хлеб		Хлеб ржаной	592	63,61	602,40	16,51	27,35	70,84
	итого								

- *Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр
- *Согласно приложения №11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей
- *Согласно приложения №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством К.В. Найманова (Найманова К.В.)

Ответственная по питанию И.В. Шитикова (Шитикова И.В.)


 Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"
Марьева Т.П.


 Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №31
Золотухина Т.А.

Меню на 18.10.2022
 для учащихся льготной категории

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.произ.	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,10
	гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,07	56,00	0,37	0,00	13,70
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая б/г с соусом 70/30	100	20,62	137,00	11,90	5,28	10,50
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,98	208,00	3,70	4,20	39,80
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,50	70,80	2,28	0,24	14,70
	итого			495	50,00	538,00	18,35	16,97	78,80

- * Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр
- * Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

Зав.производства  Найманова К.В.

Ответственный по питанию 

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



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



18.10.2022
 Меню

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.производство	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,10
	гор. напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,86	57,60	0,44	0,00	13,90
	закуска	71	Огурец свежий	60	3,84	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	30,86	223,00	8,5	15	11,7
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	12,47	138,00	3,13	4,50	21,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,20	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	итого			592	63,61	602,40	16,51	27,35	70,84
обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	5,51	129,00	4,20	4,16	18,60
	2блюдо	290	Филе птицы тушеное в соусе 50/50	100	34,63	168,46	11,60	6,04	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,98	160,00	3,20	9,05	17,68
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	3 блюдо	348	Компот из сушеных плодов и ягод (изюма)	200	9,18	135,80	0,48	0,10	33,00
	итого			750	70,05	704,26	23,12	19,89	108,78
	полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	21,84	96,00	0,00	0,00
	фрукты	338	Банан свежий	214	44,50	206,4	3,23	1,1	45,2
	итого			414	66,34	302,40	3,23	1,10	69,20
	всего за день				200,00	1609,06	42,86	48,34	248,82

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр
 *Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей
 *Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством Найманова К.В. (Найманова К.В.)

Ответственная по питанию Шитикова И.В. (Шитикова И.В.)