



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



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

03.10.2022  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел                | Перец. | Блюдо                                  | Выход | Цена  | Калорийность | белки | жиры  | углеводы |
|------------|-----------------------|--------|--|-------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| завтрак    | пром.произв<br>одство | 14     | Масло сливочное                        | 10    | 8,83  | 75,00        | 0,10  | 7,25  | 0,10     |
|            | пром.произв<br>одство | 15     | Сыр Российский                         | 24    | 23,71 | 90,5         | 5,75  | 5,00  | 0,00     |
|            | гор. напиток          | 376    | Чай с сахаром 200/15                   | 215   | 2,00  | 56,00        | 0,37  | 0,00  | 13,70    |
|            | гор. блюдо            | 173    | Каша вязкая молочная из риса 200/10/10 | 220   | 25,32 | 294,00       | 8,24  | 10,30 | 56,10    |
|            | хлеб                  |        | Хлеб пшеничный                         | 30    | 2,17  | 70,80        | 2,28  | 0,24  | 14,80    |
|            | хлеб                  |        | Хлеб ржаной                            | 20    | 1,58  | 40,20        | 1,36  | 0,30  | 8,00     |
|            | итого                 |        |  | 519   | 63,61 | 626,50       | 18,10 | 23,09 | 92,70    |
|            |                       |        |  |       |       |              |       |       |          |
|            |                       |        |  |       |       |              |       |       |          |
|            |                       |        |  |       |       |              |       |       |          |
|            |                       |        |  |       |       |              |       |       |          |

\* 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.)

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

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

  
Марьева Т.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №1

  
Золотухина Е.А.

**Меню на 03.10.2022**  
для учащихся льготных категорий

| прием пищи | раздел       | №реп. | Блюдо   | Выход, г       | Цена  | Ккал   | белки | жиры  | углеводы |
|------------|--------------|-------|---|----------------|-------|--------|-------|-------|----------|
| завтрак    | пром.произ.  | 14    | Масло сливочное                                 | 10             | 8,83  | 75,00  | 0,10  | 7,25  | 0,10     |
|            | пром.произ.  | 15    | Сыр Российский                                  | 12             | 11,68 | 72,40  | 4,60  | 5,80  | 0,00     |
|            | гор. напиток | 376   | Чай с сахаром 200/15                            | 215            | 2,00  | 56,00  | 0,37  | 0,00  | 13,70    |
|            | гор. блюдо   | 174   | Каша вязкая молочная из риса с сахаром и маслом | 220            | 25,32 | 294,00 | 8,24  | 10,30 | 56,10    |
|            | хлеб         |       |   | Хлеб пшеничный | 30    | 2,17   | 70,80 | 2,28  | 0,24     |
| итого      |              |       |   | 487            | 50,00 | 568,20 | 15,59 | 23,59 | 84,60    |
|            |              |       |   |                |       |        |       |       |          |
|            |              |       |   |                |       |        |       |       |          |

\* 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

\* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства  Найманова К.В.

Ответственный по питанию 



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

03.10.2022  
 Меню

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



| прием пищи    | раздел            | №рек. | Блюдо                                  | Выход | Цена   | Калорийность | белки | жиры   | углеводы |
|---------------|-------------------|-------|--|-------|--------|--------------|-------|--------|----------|
| завтрак       | пром.производство | 14    | Масло сливочное                        | 10    | 8,83   | 75,00        | 0,10  | 7,25   | 0,10     |
|               | пром.производство | 15    | Сыр Российский                         | 24    | 23,71  | 90,5         | 5,75  | 5      | 0,00     |
|               | гор. напиток      | 376   | Чай с сахаром 200/15                   | 215   | 2,00   | 56,00        | 0,37  | 0,00   | 13,70    |
|               | гор. блюдо        | 173   | Каша вязкая молочная из риса 200/10/10 | 220   | 25,32  | 294,00       | 8,24  | 10,30  | 56,10    |
|               | хлеб              |       | Хлеб пшеничный                         | 30    | 2,17   | 70,80        | 2,28  | 0,24   | 14,80    |
|               | хлеб              |       | Хлеб ржаной                            | 20    | 1,58   | 40,20        | 1,36  | 0,30   | 8,00     |
|               | итого             |       |  | 519   | 63,61  | 626,50       | 18,10 | 23,09  | 92,70    |
| обед          | закуска           | 71    | Помидор свежий                         | 60    | 3,86   | 12           | 0,55  | 0,1    | 1,9      |
|               | закуска           | 71    | Огурец свежий                          | 48    | 3,68   | 4,8          | 0,28  | 0      | 0,76     |
|               | 1 блюдо           | 82    | Борщ с капустой и картофелем           | 250   | 5,72   | 109,00       | 1,70  | 4,90   | 14,60    |
|               | 2блюдо            | 268   | Биточки из говядины с соусом 100/5     | 105   | 65,06  | 249,00       | 13,00 | 13,00  | 1,50     |
|               | гарнир            | 309   | Макароны отварные                      | 180   | 11,2   | 190,89       | 5,18  | 3,70   | 34,22    |
|               | хлеб              |       | Хлеб пшеничный                         | 30    | 2,17   | 70,8         | 2,28  | 0,24   | 14,8     |
|               | хлеб              |       | Хлеб ржаной                            | 20    | 1,58   | 40,20        | 1,36  | 0,30   | 8,00     |
|               | 3блюдо            | 349   | Компот из сухофруктов                  | 200   | 5,92   | 117          | 0,45  | 0      | 28,9     |
| итого         |                   |       | 893                                    | 99,19 | 793,69 | 24,80        | 22,24 | 104,68 |          |
| полдник       | напиток           |       | Сок фруктовый в инд.упаковке           | 200   | 19,71  | 96           | 0     | 0      | 24       |
|               | выпечка           | 417   | Булочка гребешок                       | 80    | 17,49  | 318          | 7,31  | 7,53   | 50,7     |
|               | итого             |       |  | 280   | 37,2   | 414          | 7,31  | 7,53   | 74,7     |
| всего за день |                   |       |  | 1692  | 200,00 | 1834,19      | 50,21 | 52,86  | 272,08   |

\*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.)

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