

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



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



05.10.2022
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
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,92	117,00	0,45	0,00	28,90
	закуска	71	Огурец свежий	60	4,54	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	29,77	180	12,7	15,2	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,37	40,20	1,36	0,30	8,00
	фрукты	338	Яблоко свежее	156	10,01	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			597	63,61	551,30	18,19	23,69	69,77

*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.)

Отв по питанию (Шитикова И.В.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

Меню на 05.10.2022

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.произв.	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,10
	закуска	71	Огурец свежий	43	3,31	6,60	0,70	0,10	1,14
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,92	117,00	0,45	0,00	28,90
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	29,77	180,00	12,70	15,20	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	0,60	0,60	14,70
	итого				394	50,00	440,60	14,55	23,15

* 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. производством Найманова К.В. Найманова К.В.

Ответственный по питанию В.М.

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



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



05.10.2022
 Меню

прием пищи	раздел	Нерец.	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	349	Компот из сухофруктов	200	5,92	117,00	0,45	0,00	28,90
	закуска	71	Огурец свежий	60	4,54	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	29,77	180	12,7	15,2	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,37	40,20	1,36	0,30	8,00
	фрукты	338	Яблоко свежее	156	10,01	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			597	63,61	551,30	18,19	23,69	69,77
	обед	закуска	71	Огурец свежий	57	4,25	6,16	0,39	0,06
1 блюдо		101	Рассольник Петербургский со сметаной	260	13,50	146	2,2	7,99	15,6
2блюдо		279	Тефтели из говядины	110	37,75	178,3	13,8	11,4	6,8
гарнир		310	Картофель отварной	150	11,72	149	3,4	5,0	23,6
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
3 блюдо		342	Компот из яблок свежих	200	5,54	113	0,18	0,16	27,7
итого				827	76,51	703,46	23,61	25,15	97,56
полдник		напиток		Сок фруктовый	200	19,71	96	0	0
	выпечка	422	Булочка ванильная	100	15,42	324	7,52	6,95	57,8
	фрукты	338	Апельсин свежий	170	24,75	73,1	1,53	0,34	13,8
	итого			470	59,88	493,10	9,05	7,29	95,60
	всего за день			1894	200,00	1747,86	50,85	56,13	262,93

*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 Невф (Найманова К.В.)

Отв по питанию И.В. (Шитикова И.В.)