

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



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



07.10.2022  
Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.производство	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
	пром.производство	15	Сыр Российский	20	19,34	72,4	4,6	5,8	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,67	194,00	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,00	0,32	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			645	63,61	529,90	18,30	26,49	79,24

\*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 Наиманова К.В. (Наиманова К.В.)

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



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



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



прием пищи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.производство	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
	пром.производство	15	Сыр Российский	20	19,34	72,4	4,6	5,8	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,67	194,00	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,00	0,32	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			645	63,61	529,90	18,30	26,49	79,24
обед	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем	250	5,69	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	234	Котлета рыбная из филе минтая	105	45,96	186,00	14,60	8,30	13,20
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	12,74	168,00	3,77	5,62	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,5	0,3	8,8
	3 блюдо	352	Кисель из яблок и вишни	200	5,75	132,00	0,15	0,12	35,60
	итого			755	73,89	702,00	24,30	20,77	108,20
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	19,71	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Банан свежий	208	43,33	206,4	3,23	1,1	45,2
				408	63,04	302,40	3,23	1,10	69,20
	всего за день			1808	200,54	1534,30	45,83	48,36	256,64

\*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.)