

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



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



30.11.2022
 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	0,14
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	222	3,14	57,60	0,37	0,00	13,90
	закуска	71	Помидор свежий	60	3,88	14,40	0,66	0,1	2,28
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,61	196,12	12,7	15,2	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,24	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,00	8,00
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,4
	итого			583	63,61	506,42	17,95	23,31	52,55
обед	закуска	71	Огурец свежий	40	8,94	6,4	0,55	0,06	1,02
	закуска	71	Помидор свежий	28	4,92	3,92	0,31	0,06	1,06
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	260	10,88	110,00	1,70	4,90	14,80
	2блюдо	294	Котлета рубленая из птицы	105	41,44	188,00	13,00	14,00	12,40
	гарнир	305	Рис припущенный	150	12,21	208,00	3,70	4,20	39,80
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,89	94,4	3,04	0,32	19,7
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,37	50,25	2,04	0,39	11,9
	3блюдо	348	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	18,98	126,00	0,77	0,04	27,30
	итого			853	102,63	786,97	25,11	23,97	127,98
	полдник	напиток		Сок фруктовый	200	19,71	96,00	0,00	0,00
мучн.изделие		422	Булочка ванильная	100	14,05	324	7,52	6,95	57,8
итого				300	33,76	420,00	7,52	6,95	81,8
	всего за день				200,00	1713,39	50,58	54,23	262,33

Согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в компоте фрукты свежие заменены сухофруктами

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

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

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



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



30.11.2022
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нор.ец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.производство	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	222	3,14	57,60	0,37	0,00	13,90
	закуска	71	Помидор свежий	60	3,88	14,40	0,66	0,1	2,28
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,61	196,12	12,7	15,2	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,24	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,00	8,00
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,4
	итого			583	63,61	506,42	17,95	23,31	52,55

Согласно приложению № 11 к СанПин2.3/2.4.3590-20 в компоте фрукты свежие заменены сухофруктами

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

Отв 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 30.11.2022
для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.производство	14	Масло сливочное крестьянское	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы 200/10	210	20,67	302,00	13,00	12,10	76,13
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,75	117,00	0,45	0,00	28,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	27	1,97	70,80	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	фрукты	338	Яблоко свежее	140	11,20	61,10	0,52	0,52	16,40
	итого			607	50,00	657,30	17,71	20,41	144,27

Зав.производством  Найманова К.В.

Ответственный по питанию  Шитикова И.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 30.11.2022

дополнительное на учащихся 1-4 классы

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2			Мучное кондитерское изделие в индивидуальной упаковке "Кубаночка" 1/30	1шт	14,82	180	3,8	3,8	28,80
			Сок фруктовый в ассортименте 1/200	200	20,54	96,00	0,00	0,00	24,00
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие(мандарин)	113	16,64	42,94	0,9	0,23	8,48
	Итого			313	52,00	318,94	4,70	4,03	61,28

* 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 Шитикова И.В.