

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



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



28.12.2022  
 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  | 0,14     |
|            | гор. напиток      | 377    | Чай с лимоном                            | 222      | 3,87   | 57,60   | 0,44  | 0,00  | 13,90    |
|            | гор.блюдо         | 210    | Омлет натуральный                        | 111      | 33,93  | 190,00  | 11,1  | 15    | 2,81     |
|            | хлеб              |        | Хлеб пшеничный                           | 30       | 2,17   | 70,80   | 2,24  | 0,24  | 14,70    |
|            | хлеб              |        | Хлеб ржаной                              | 25       | 2,01   | 40,20   | 1,36  | 0,00  | 8,00     |
|            | сл.блюдо          | 338    | Фрукты свежие (яблоко)                   | 160      | 12,80  | 75,2    | 0,64  | 0,64  | 15,7     |
|            | итого             |        |  | 558      | 63,61  | 500,00  | 15,88 | 23,13 | 55,25    |
| обед       | закуска           | 71     | Огурец свежий                            | 23       | 5,74   | 2,78    | 0,18  | 0,03  | 0,48     |
|            | 1 блюдо           | 82     | Борщ с капустой и картофелем и сметаной  | 260      | 11,24  | 134,90  | 1,93  | 7,41  | 15,10    |
|            | 2блюдо            | 294    | Котлета рубленая из птицы                | 105      | 42,03  | 188,00  | 13,00 | 14,00 | 12,40    |
|            | гарнир            | 305    | Рис припущенный                          | 150      | 12,04  | 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      | 18,67  | 126,00  | 0,77  | 0,04  | 27,30    |
|            | итого             |        |  | 808      | 94,98  | 804,33  | 24,66 | 26,39 | 126,68   |
| полдник    | напиток           |        | Сок фруктовый                            | 200      | 19,71  | 96,00   | 0,00  | 0,00  | 24,00    |
|            | мучн.изделие      | 426    | Булочка с повидлом "Обсыпная"            | 100      | 21,70  | 376     | 6,4   | 12,5  | 59,6     |
|            | итого             |        |  | 300      | 41,41  | 472,00  | 6,4   | 12,50 | 83,6     |
|            | всего за день     |        |  |          | 200,00 | 1776,33 | 46,94 | 62,02 | 265,53   |

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

Зав. производством Найт (Найманова К.В.)

Отв по питанию Т.П.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

**Меню на 28.12.2022**  
для учащихся льготных категорий

| прием пищи | раздел            | №реп. | Блюдо  | Выход, | Цена         | Ккал          | белки        | жиры         | углеводы      |  |
|------------|-------------------|-------|--|--------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|--|
| завтрак    | пром.производство | 14    | Масло сливочное крестьянское                   | 10     | <b>8,83</b>  | 66,20         | 0,10         | 7,25         | 0,14          |  |
|            |                   | 183   | Каша жидкая молочная из гречневой крупы 200/10 | 210    | <b>20,13</b> | 302,00        | 13,00        | 8,13         | 76,13         |  |
|            |                   | 349   | Компот из сухофруктов                          | 200    | <b>6,06</b>  | 117,00        | 0,45         | 0,00         | 28,90         |  |
|            |                   |       | Хлеб пшеничный                                 | 30     | <b>2,17</b>  | 70,80         | 2,24         | 0,24         | 14,70         |  |
|            |                   |       | Хлеб ржаной                                    | 20     | <b>1,58</b>  | 40,20         | 1,36         | 0,00         | 8,00          |  |
|            |                   |       | Яблоко свежее                                  | 140    | <b>11,23</b> | 75,20         | 0,64         | 0,64         | 15,70         |  |
|            |                   |       |  | 610    | <b>50,00</b> | <b>671,40</b> | <b>17,79</b> | <b>16,26</b> | <b>143,57</b> |  |
|            |                   |       |  |        |              |               |              |              |               |  |
|            |                   |       |  |        |              |               |              |              |               |  |
|            |                   |       |  |        |              |               |              |              |               |  |

Зав.производством  Найманова К.В.

Ответственный по питанию





Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 31

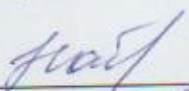
Золотухины Т.А.

**Меню дополнительного питания на 28.12.2022**  
для учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел       | перс. | Блюдо  | Выход, г   | Цена         | Ккал         | белки      | жиры       | углеводы    |
|------------|--------------|-------|--|------------|--------------|--------------|------------|------------|-------------|
| завтрак 2  | конд. изд    |       | Кондитерское изделие в инд. упаковке**<br>Шоколад молоч. 1/25 гр | 25         | 30,02        | 132          | 1,25       | 7,75       | 14,5        |
|            | сл. блюдо    | 338   | Фрукты свежие (мандарин)   | 114        | 21,98        | 68,4         | 0,48       | 0,1        | 14,5        |
|            | <b>итого</b> |       |  | <b>139</b> | <b>52,00</b> | <b>200,4</b> | <b>1,7</b> | <b>7,9</b> | <b>29,0</b> |

\* Согласно приложения № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

\* Свежие фрукты и овощи могут меняться в соответствии с сезонностью

Зав. производством  Найманова К.В.

Ответственный по питанию 