

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



09.12.2022
 Меню


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



прием пищи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	жиры	углеводы
завтрак	пром. произв одство	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
		15	Сыр Российский	20	18,92	79,6	5,06	4,4	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,47	333,00	9,20	11,60	48,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,82	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	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,4
	итого			625	63,61	666,70	17,48	24,01	87,94
обед	закуска	71	Помидор свежий	40	5,16	12,00	0,55	0,10	1,90
			Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	10,26	120,03	3,90	6,19	12,28
	1 блюдо	89	Котлета рыбная из филе минтая	105	46,00	196,02	14,60	8,30	15,73
	2 блюдо	234	Пюре картофельное	150	13,56	138	3,13	4,5	21,2
	гарнир	312	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 яблук и вишни	200	5,92	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого			805	84,65	701,05	26,11	19,75	105,31
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	19,71	96,00	0,00	0,00	24,00
		338	Апельсин свежий	200	32,03	79,8	0,56	0,14	16,9
	фрукты			400	51,74	175,80	0,56	0,14	40,90
				1830	200,00	1543,55	44,15	43,90	234,15

- *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 

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



09.12.2022
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

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



прием пищи	раздел	Нерец.	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	18,92	79,6	5,06	4,4	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,47	333,00	9,20	11,60	48,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,82	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	130	10,40	61,1	0,52	0,52	11,4
	итого			625	63,61	666,70	17,48	24,01	87,94

*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 Найм (Найманова К.В.)

Отв по питанию Л

Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"
 Марьса Т.П.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 31
 Золотухина Т.А.

Меню на 09.12.2022
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реци.	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
	пром.произв.	15	Сыр Российский	16	15,71	72,40	4,60	5,80	0,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,82	56,00	0,32	0,00	13,70
	гор. блюдо	384	Каша вязкая манная молочная 200/10/10	220	21,47	333,00	9,20	11,60	48,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
итого				491	50,00	598,4	16,5	24,89	76,6

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

Зав. производством Найм Найманова К.В.

Ответственный по питанию Ж



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню дополнительного питания на 09.12.2022

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак 2	конд.изд.		Злаковый батончик	15	31,78	54,00	0,3	0,54	11,20
	напиток		Сок фруктовый 1/200	200	20,22	96,00	0,00	0,00	24,00
	итого			215	52,00	150,00	0,30	0,54	35,20

Зав.производством  Найманова К.В.

Ответственный по питанию 