

"Согласовано"
 Директор МБОУ СОШ №21
 Золотухина Т.А.



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



18.04.2022
 Меню

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	75,00	0,10	7,25	0,10
	закуска	15	Сыр Российский	24	23,73	72,40	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	25,27	294,00	8,24	10,30	56,10
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	200	2,05	56,00	0,37	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	22	1,75	40,20	1,36	0,30	8,00
	итого			506	63,61	608,40	16,95	23,89	92,70
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	12,91	109,00	1,70	4,90	14,60
	2блюдо	268	Биточки из говядины с соусом 80/20	100	66,97	249,00	13,00	13,00	1,50
	гарнир	309	Макароны отварные	150	8,91	190,89	5,18	3,70	34,22
	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
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,25	117	0,45	0	28,9
	итого			760	99,58	776,89	23,97	22,14	102,02
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	21,66	96	0	0	24
	фрукты	338	Яблоко свежее	146	15,15	269	8,4	2,2	53,7
	итого			346	36,81	365	8,4	2,2	77,7
	всего за день			1612	200,00	1750,29	49,32	48,23	272,42

*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 Ильинов А.Н. (Ильинов А.Н.)

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



Меню 18.04.2022

Меню для учащихся 5-11 классов

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
				ность			
	Обед						
101	Суп крестьянский с пшеничной крупой	250	9,98	264	161	2,4	6,1
290	Цыплята тушеные в соусе 50/125	175	35,17	175	238	16,7	0
	Хлеб пшеничный	39	2,80	70,8	71	2,3	0,2
376	Чай с сахаром	215	2,05	56	0,4	0	13,7
	Итого завтрак		50,00	565,80	470,40	21,40	20,00

Зав.производства Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию Шитикова И.В.

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



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



18.04.2022
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	75,00	0,10	7,25	0,10
	закуска	15	Сыр Российский	24	23,73	72,40	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	25,27	294,00	8,24	10,30	56,10
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	200	2,05	56,00	0,37	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	22	1,75	40,20	1,36	0,30	8,00
	итого			506	63,61	608,40	16,95	23,89	92,70

*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 _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Шитикова И.В.)