

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



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



20.04.2022
 Меню

прием пищи	раздел	№рецип.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,76	180	12,7	15,2	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	31	2,25	70,80	2,28	0,24	14,80
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,05	57,60	0,44	0,00	13,90
	фрукты	338	Яблоко свежее	163	16,91	61,1	0,52	0,52	16,4
	итого			530	63,61	435,70	16,04	23,21	47,33
обед	закуска	71	Огурец свежий	31	7,72	4,50	0,24	0,30	0,84
	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с рисом	250	14,85	110	1,69	4,91	14,8
	2блюдо	279	Тефтели из говядины	110	48,95	178,3	13,8	11,4	6,8
	гарнир	310	Картофель отварной	150	18,04	149	3,4	5	23,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	24	1,89	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	6,14	57,60	0,44	0,00	13,90
итого			795	99,76	610,40	23,21	22,15	82,74	
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	21,66	96	0	0	24
	выпечка	422	Булочка ванильная	100	14,97	318,00	6,80	8,30	49,20
	итого			300	36,63	414,00	6,80	8,30	73,20
	всего за день			1625	200,00	1460,10	46,05	53,66	203,27

*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.)



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню 20.04.2022

Меню для учащихся 5-11 классов

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
101	Рассольник Петербургский с рисом	250	14,85	132	2	5,9	19,6
234	Котлета рыбная с соусом 50/50	100	19,72	249	16	16	14,2
305	Рис припущенный	100	11,63	240	4	3,1	44
	Хлеб пшеничный	24	1,75	71	2,3	0,2	14,7
376	Чай с сахаром	215	2,05	56	0,4	0	13,7
	Итого завтрак	689	50,00	748,00	24,70	25,20	106,20

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Шитикова И.В.

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



20.04.2022

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

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



прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,76	180	12,7	15,2	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	31	2,25	70,80	2,28	0,24	14,80
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,05	57,60	0,44	0,00	13,90
	фрукты	338	Яблоко свежее	163	16,91	61,1	0,52	0,52	16,4
	итого			530	63,61	435,70	16,04	23,21	47,33

*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.)