

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



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



21.04.2022
 Меню

прием пищи	раздел	№перц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	закуска	15	Сыр Российский	13	12,87	72,00	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная пшенная	220	23,16	328,00	11,83	11,00	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,05	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	142	14,72	61,1	0,52	0,52	14,5
	итого			630	63,61	655,70	19,77	24,81	91,70
обед	закуска	71	Огурец свежий	29	7,24	4,50	0,24	0,30	0,84
	1 блюдо	97	Суп картофельный с рисом	250	9,77	95,3	1,9	2,1	17,3
	2блюдо	291	Плов из птицы	240	70,18	315,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	23	1,78	40,2	1,36	0,26	7,96
	напиток	348	Компот из кураги	200	12,97	117	0,45	0	28,9
	итого			775	104,11	642,80	20,73	19,90	95,20
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	21,66	96	0	0	24
	выпечка	415	Крендель сахарный	50	10,62	318,00	6,80	8,30	49,20
				250	32,28	414,00	6,80	8,30	73,20
	всего за день			1655	200,00	1712,50	47,30	53,01	260,10

*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.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31




Золотухина Т.А.

Меню 21.04.2022

Меню для учащихся 5-11 классов

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./	Цена	Калори йность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
82	Борщ с капустой и картофелем	200	10,34	114	2,01	6,2	12,5
291	Плов из цыплят (Бедро ЦБ)	150	36,96	157	13	7,46	10
	Хлеб пшеничный	37	2,70	71	2,28	0,24	14,7
	Итого завтрак	387	50,00	342,00	17,29	13,90	37,20

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.



21.04.2022

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

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
	закуска	15	Сыр Российский	13	12,87	72,00	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная пшенная	220	23,16	328,00	11,83	11,00	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,05	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	142	14,72	61,1	0,52	0,52	14,5
	итого			630	63,61	655,70	19,77	24,81	91,70

*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.)