

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



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



22.04.2022
 Меню

прием пищи	раздел	Нор-ец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	14	14,24	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,78	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,05	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	142	14,73	61,1	0,52	0,52	14,3
	итого			631	63,61	520,2	18,23	26,41	78,84
обед	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем	250	12,62	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	234	Котлета рыбная из филе минтая	105	44,08	186,00	14,60	8,30	13,20
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,13	168,00	3,77	5,62	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	39	2,80	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	6,14	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого			744	83,77	653,80	22,80	20,47	94,40
	полдник	напиток	338	Сок фруктовый	200	21,59	247,00	2,25	12,60
конд.издел.			Конфета вафельная "Амаре "	30	31,03	275	2,5	14	31
итого				230	52,62	522,00	4,75	26,60	58,90
всего за день				1605	200,00	1696,00	45,78	73,48	232,14

*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 22.04.2022

Меню для учащихся 5-11 классов

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./Цена		Калорийность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
89	Щи из свежей капусты с картофелем	200	10,10	96,8	1,5	5,3	10,9
229	Минтай тушеный с овощами	100	28,84	157	13	7,46	10
302	Каша пшеничная рассыпчатая	100	7,05	112,22	4	2	19
	Хлеб пшеничный	27	1,96	71	2,3	0,2	14,7
376	Чай с сахаром 200/15	215	2,05	56	0,4	0	13,7
	Итого завтрак	642	50,00	493,02	21,20	14,96	68,30

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.



22.04.2022

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	14	14,24	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,78	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,05	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	142	14,73	61,1	0,52	0,52	14,3
	итого			631	63,61	520,2	18,23	26,41	78,84

*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.)