

"Согласовано"
 Директор МБОУ СОШ №31
 Золотухина А.



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



05.04.2022

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	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	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	33,36	137,00	11,90	5,29	10,50	
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,95	138,00	3,13	4,50	21,20	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,41	57,60	0,44	0,00	13,90	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	0,25	70,80	2,28	0,24	14,80	
	итого			505	63,61	469,60	17,85	17,28	60,50	
обед	закуска	71	Огурец свежий	15	3,35	4,50	0,24	0,30	0,84	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,75	129	4,2	4,16	18,6	
	2блюдо	290	Птица тушеная в соусе 50/50	100	39,35	158	11,6	10,2	1,68	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	19,2	160	3,2	9,05	17,68	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,50	2,28	0,24	14,80	
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00	
	напиток	348	Компот из кураги	200	13,24	102	0,12	0,1	25,2	
	итого			765	88,64	664,2	23	24,35	86,8	
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	21,59	96	0	0	24	
	конд.издел.		Конфета вафельная "Мишка в лесу "	30	26,16	275	2,5	14	31	
	итого			230	47,75	371	2,5	14	55	
всего за день						200,00	1504,80	43,35	55,63	202,30

*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.)

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



"Согласовано"
Директор МБОУ СОШ №11
Зяблотикина Т.А.

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



05.04.2022

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел*	Перец.	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	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	33,36	137,00	11,90	5,29	10,50	
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,95	138,00	3,13	4,50	21,20	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,41	57,60	0,44	0,00	13,90	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	0,25	70,80	2,28	0,24	14,80	
	итого			505	63,61	469,60	17,85	17,28	60,50	
обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,75	129	4,2	4,16	18,6	
	2блюдо	290	Птица тушеная в соусе 50/50	100	39,35	158	11,6	10,2	1,68	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	23,04	160	3,2	9,05	17,68	
	хлеб		Хлеб пшеничный	45	3,26	70,50	2,28	0,24	14,80	
	напиток	348	Компот из кураги	200	13,24	136	0,12	0,1	33	
	итого			745	88,64	653,5	21,4	23,75	85,76	
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	21,59	96	0	0	24	
	кондит.изделие		Конфета вафельная "Мишки в лесу"	30	26,16	275	2,5	14	31	
	итого			230	47,75	371,00	2,50	14,00	55,00	
всего за день						200,00	1494,10	41,75	55,03	201,26

*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.)

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