

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



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



07.04.2022

Меню  
 учащихся 1-4 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     |
|            | закуска       | 15     | Сыр Российский                | 14       | 13,64  | 72,00   | 4,60  | 5,80  | 0,00     |
|            | гор. блюдо    | 173    | Каша вязкая молочная пшениная | 220      | 23,23  | 328,00  | 11,83 | 11,00 | 48,50    |
|            | гор. напиток  | 376    | Чай с сахаром                 | 200      | 2,41   | 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                 | 130      | 13,52  | 61,1    | 0,52  | 0,52  | 14,5     |
|            | итого         |        |                               | 604      | 63,61  | 655,70  | 19,77 | 24,81 | 91,70    |
| обед       | закуска       | 71     | Огурец свежий                 | 39       | 8,07   | 4,50    | 0,24  | 0,30  | 0,84     |
|            | 1 блюдо       | 103    | Суп с макаронными изделиями   | 250      | 10,45  | 99,5    | 1,9   | 4,1   | 13,8     |
|            | 2блюдо        | 279    | Тефтели из говядины           | 110      | 48,98  | 178,30  | 13,80 | 11,40 | 6,80     |
|            | гарнир        | 310    | Картофель отварной            | 150      | 19     | 149,00  | 3,40  | 5,00  | 23,60    |
|            | хлеб          |        | Хлеб пшеничный                | 30       | 2,17   | 70,80   | 2,28  | 0,24  | 14,70    |
|            | хлеб          |        | Хлеб ржаной                   | 20       | 1,58   | 40,2    | 1,36  | 0,26  | 7,96     |
|            | напиток       | 348    | Компот из кураги              | 200      | 13,24  | 117     | 0,45  | 0     | 28,9     |
|            | итого         |        |                               | 775      | 103,49 | 659,30  | 23,43 | 21,30 | 96,60    |
| полдник    | напиток       |        | Сок фруктовый                 | 200      | 21,66  | 96      | 0     | 0     | 24       |
|            | выпечка       | 415    | Крендель сахарный             | 50       | 11,24  | 318,00  | 6,80  | 8,30  | 49,20    |
|            |               |        |                               | 250      | 32,90  | 414,00  | 6,80  | 8,30  | 73,20    |
|            | всего за день |        |                               | 1629     | 200,00 | 1729,00 | 50,00 | 54,41 | 261,50   |

\*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.)

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



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



07.04.2022

учащихся 5-11 классов

| прием пищи | раздел        | №реци | Блюдо                                  | Выход, г | Цена   | Калорийн | белки  | жиры  | углеводы |
|------------|---------------|-------|--|----------|--------|----------|--------|-------|----------|
| завтрак    | закуска       | 14    | Масло сливочное                        | 10       | 8,64   | 66,20    | 0,10   | 7,25  | 0,10     |
|            | закуска       | 15    | Сыр Российский                         | 14       | 13,64  | 72,00    | 4,60   | 5,80  | 0,00     |
|            | гор. блюдо    | 173   | Каша вязкая молочная пшенная 200/10/10 | 220      | 23,23  | 328,00   | 11,83  | 11,00 | 48,50    |
|            | гор. напиток  | 376   | Чай с сахаром 200/15                   | 215      | 2,41   | 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                          | 130      | 13,52  | 61,1     | 0,52   | 0,52  | 14,5     |
|            | итого         |       |  | 619      | 63,61  | 655,70   | 19,77  | 24,81 | 91,70    |
| обед       | закуска       | 71    | Огурец свежий                          | 40       | 8,23   | 4,50     | 0,24   | 0,30  | 0,84     |
|            | 1 блюдо       | 103   | Суп с макаронными изделиями            | 250      | 10,45  | 99,5     | 1,9    | 4,1   | 13,8     |
|            | 2блюдо        | 279   | Тефтели из говядины                    | 110      | 48,98  | 178,30   | 13,80  | 11,40 | 6,80     |
|            | гарнир        | 310   | Картофель отварной                     | 150      | 19     | 149,00   | 3,40   | 5,00  | 23,60    |
|            | хлеб          |       | Хлеб пшеничный                         | 30       | 2,17   | 70,80    | 2,28   | 0,24  | 14,70    |
|            | хлеб          |       | Хлеб ржаной                            | 20       | 1,42   | 40,2     | 1,36   | 0,26  | 7,96     |
|            | напиток       | 348   | Компот из кураги                       | 200      | 13,24  | 120      | 0,45   | 0     | 28,9     |
|            |               | итого |  |          | 775    | 103,49   | 657,80 | 23,19 | 21,00    |
| полдник    | напиток       |       | Сок фруктовый                          | 200      | 21,66  | 96       | 0      | 0     | 24       |
|            | выпечка       | 415   | Крендель сахарный                      | 50       | 11,24  | 318,00   | 6,80   | 8,30  | 49,20    |
|            |               |       |  | 250      | 32,90  | 414,00   | 6,80   | 8,30  | 73,20    |
|            | всего за день |       |  |          | 200,00 | 1727,50  | 49,76  | 54,11 | 260,66   |

\*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.)