

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



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



08.04.2022

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	16	15,32	72,4	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы	220	21,55	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,41	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	130	13,52	61,1	0,52	0,52	14,3
	итого			621	63,61	520,2	18,23	26,41	78,84
обед	закуска	50	Салат из свеклы отварной с сыром	50	11,04	72,1	2,33	4,72	1,46
	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем	250	13,49	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	291	Плов из птицы 80/160	240	53,50	315,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	342	Компот из ябллок	200	8,28	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого			770	88,48	686,90	21,26	28,27	82,66
полдник	напиток	338	Сок фруктовый	200	21,66	247,00	2,25	12,60	27,90
	фрукты	338	Мандарин свежий	149	26,25	56,30	0,50	0,50	11,80
				349	47,91	303,30	2,75	13,10	39,70
	всего за день			1740	200,00	1510,40	42,24	67,78	201,20

*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
 Волотухина Т.А.



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



08.04.2022

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
		15	Сыр Российский	16	15,32	72	4,60	5,80	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,55	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,41	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	130	13,52	61,1	0,52	0,52	14,3
	итого			621	63,61	519,8	18,23	26,41	78,84
обед	закуска	70	Салат из свеклы отварной с сыром	50	11,04	72,1	2,33	4,72	1,46
		1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем	250	13,49	105,00	2,00	6,19
	2блюдо	291	Плов из птицы 80/160	240	53,50	315,00	14,50	17,00	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	напиток	342	Компот из яблук	200	8,28	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого			770	88,48	686,90	21,26	28,27	82,66
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	21,66	247,00	2,25	12,60	27,90
	фрукты	338	Мандарин свежий	149	26,25	39,50	0,83	0,20	7,80
	итого			349	47,91	286,50	3,08	12,80	35,70
всего за день				1740	200,00	1493,20	42,57	67,48	197,20

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр
 производится в соответствии с таблицей
 может взаимозаменять друг друга

Зав. производством Ильинов А.Н. (Ильинов А.Н.)

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