

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



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



18.05.2022
 Меню

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы	
завтрак	масло слив.	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10	
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	25,75	188	12,7	15,2	2,13	
			Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80	
	хлеб			Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	3 блюдо	349	Компот из сухофруктов	200	6,14	117,00	0,45	0,00	28,90	
	фрукты	338	Яблоко свежее	161	19,33	75,2	0,64	0,64	20,18	
итого				532	63,61	557,40	17,53	23,63	74,11	
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с рисом и смет.	260	23,68	134,00	2,20	6,99	15,60	
	2блюдо	279	Тефтели из говядины	110	48,66	178,30	13,80	11,40	6,80	
	гарнир	310	Картофель отварной	150	18,97	149,00	3,40	5,00	23,60	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80	
	хлеб		Хлеб ржаной	23	1,84	40,20	1,36	0,30	8,00	
	3 блюдо	1010	Напиток яблочный	200	6,46	113,00	0,12	0,10	33,00	
	итого			773	101,78	685,30	23,16	24,03	101,80	
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,67	96,00	0,00	0,00	24,00	
	выпечка	422	Булочка ванильная	100	13,94	318,00	6,80	8,30	49,20	
	итого			300	34,61	414,00	6,80	8,30	73,20	
	всего за день			1605	200,00	1656,70	47,49	55,96	249,11	

*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.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31




Золотухина Т.А.

Меню 18.05.2022

Меню для учащихся 5-11 классов

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./ Цена		Калорийность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
101	Рассольник Петербургский с рисом	200	10,74	132,00	2,00	5,90	19,60
234	Котлета рыбная с соусом 50/50	100	28,87	249,00	16,00	16,00	14,20
302	Каша пшеничная	100	7,03	240,00	4,00	3,10	44,00
	Хлеб пшеничный	19	1,38	71,00	2,30	0,20	14,70
376	Чай с сахаром	215	1,98	56,00	0,40	0,00	13,70
	Итого завтрак	634	50,00	748,00	24,70	25,20	106,20

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.



18.05.2022

Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло слив.	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	25,75	188	12,7	15,2	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	З блюдо	349	Компот из сухофруктов	200	6,14	117,00	0,45	0,00	28,90
	фрукты	338	Яблоко свежее	161	19,33	75,2	0,64	0,64	20,18
	итого			532	63,61	557,40	17,53	23,63	74,11

*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.)