

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



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




04.05.2022
 Меню

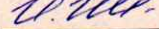
прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы	
завтрак	масло слив.	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10	
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	27,03	180	12,7	15,2	2,13	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80	
	хлеб		хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00	
	3 блюдо	376	Компот из сухофруктов	200	6,14	57,60	0,44	0,00	13,90	
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	18,05	65,8	0,56	0,56	13,7	
	итого			521	63,61	480,60	17,44	23,55	52,63	
обед	закуска	71	Огурец свежий	57	9,58	4,50	0,24	0,30	0,84	
	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с рисом	250	14,63	110	1,69	4,91	14,8	
	2блюдо	279	Тефтели из говядины	110	48,66	178,3	13,8	11,4	6,8	
	гарнир	310	Картофель отварной	150	18,01	149	3,4	5	23,6	
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,89	94,40	3,04	0,32	19,70	
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,37	60,30	2,04	0,45	12,00	
	3 блюдо	1010	Напиток яблочный	200	6,46	57,60	0,44	0,00	13,90	
	итого			837	102,6	654,10	24,65	22,38	91,64	
	полдник	напиток		Сок фруктовый	200	19,76	96	0	0	24
		выпечка	422	Булочка ванильная	100	14,03	318,00	6,80	8,30	49,20
итого				300	33,79	414,00	6,80	8,30	73,20	
	всего за день			1658	200,00	1548,70	48,89	54,23	217,47	

*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 04.05.2022

Меню для учащихся 5-11 классов

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./Цена		Калорийность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
101	Рассольник Петербургский с рисом	200	11,70	110	1,69	4,91	14,8
234	Котлета рыбная с соусом 60/40	100	28,89	141	10,5	8,16	10,4
309	Макароны отварные	100	5,92	127,26	3,45	2,47	22,81
	Хлеб пшеничный	21	1,51	70,8	2,28	0,24	14,8
376	Чай с сахаром	215	1,98	56	0,37	0	13,7
	Итого завтрак	636	50,00	505,06	18,29	15,78	76,51

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.



04.05.2022
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	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	27,03	180	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
	3 блюдо	376	Компот из сухофруктов	200	6,14	57,60	0,44	0,00	13,90
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	18,05	65,8	0,56	0,56	13,7
	итого			521	63,61	480,60	17,44	23,55	52,63

*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 напитков (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.)