

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



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



05.05.2022
 Меню

прием пищи	раздел	№реца	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
	закуска	15	Сыр Российский	12	11,67	47,6	2,99	2,6	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшена	220	23,32	328,00	11,83	11,00	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	1,98	56,00	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	132	15,83	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			619	63,61	629,70	18,05	21,61	88,44
обед	закуска	71	Огурец свежий	51	8,68	3,96	0,25	0,04	0,68
	1 блюдо	97	Суп картофельный с рисом	250	9,62	95,3	1,9	2,1	17,3
	2блюдо	291	Плов из птицы	240	69,21	315,00	14,50	17,00	25,50
	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	348	Компот из кураги	200	12,86	117	0,45	0	28,9
	итого			775	105,63	685,96	22,18	19,91	104,08
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,67	96	0	0	24
	мучн. Изд.	415	Крендель сахарный	50	10,09	318,00	6,80	8,30	49,20
				250	30,76	414,00	6,80	8,30	73,20
	всего за день			1644	200,00	1729,66	47,03	49,82	265,72

*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"



Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31



Меню 05.05.2022

Меню для учащихся 5-11 классов

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./Цена		Калори йность	белки	жиры	углеводы
	Обед						
97	Суп картофельный	250	9,62	95,3	1,9	2,1	17,3
291	Плов из цыплят (Бедро ЦБ)	150	30,79	157	13	7,46	10
	Хлеб пшеничный	26	1,87	70,8	2,28	0,24	14,7
	Хлеб ржаной	20	1,58	40,2	1,36	0,30	8,00
349	Компот из сухофруктов	200	6,14	117	0,45	0	28,9
	Итого завтрак	646	50,00	480,30	18,99	10,10	78,90

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.



05.05.2022
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

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
	закуска	15	Сыр Российский	12	11,67	47,6	2,99	2,6	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшена	220	23,32	328,00	11,83	11,00	48,50
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	1,98	56,00	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	132	15,83	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			619	63,61	629,70	18,05	21,61	88,44

*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.)