

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



06.05.2022  
 Меню

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



прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	14	13,29	54,3	3,45	4,35	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,70	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,98	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	132	15,83	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			621	63,61	502,1	17,08	24,96	75,98
обед	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем	250	12,37	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	234	Котлета рыбная из филе минтая	105	48,33	186,00	14,60	8,30	13,20
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,11	168,00	3,77	5,62	25,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	29	2,07	70,8	2,28	0,32	14,5
	3блюдо	376	Чай с сахаром	215	1,98	56	0,33	0	13,7
	итого			749	82,86	585,80	22,98	20,43	77,20
полдник	напиток	338	Сок фруктовый	200	20,67	96	0,00	0,00	24,00
	конд.издел.		Конфета вафельная	45	32,86	275	2,5	14	31
				245	53,53	371,00	2,50	14,00	55,00
	всего за день			1615	200,00	1458,90	42,56	59,39	208,18

\*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



06.05.2022

Меню для учащихся 5-11 классов

№ рец	Наименование блюда	Выход /гр./Цена		Калорийность	белки	жиры	углеводы
	<b>Обед</b>						
89	Щи из свежей капусты с картофелем	200	9,90	105	2	6,19	10,3
290	Цыплята тушеные в соусе 50/125	175	29,19	205	13,1	15,9	3,36
302	Каша пшеничная рассыпчатая	100	7,03	135	4	2,6	24
	Хлеб пшеничный	26	1,90	74	2,05	0,8	12,2
376	Чай с сахаром 200/15	215	1,98	56	0,4	0	13,7
	Итого завтрак	716	50,00	575,00	21,55	25,49	63,56

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Шитикова И.В.



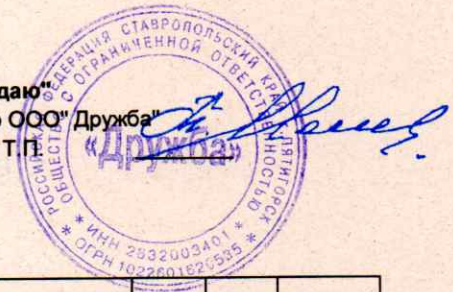
"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №31  
Золотухина Т.А.



06.05.2022

Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

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



прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66	0	7	0
	закуска	15	Сыр Российский	14	13,29	54,3	3,45	4,35	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,70	194	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,98	56	0,33	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	71	2,28	0,24	14,70
	фрукты		Яблоко свежее	132	15,83	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			621	63,61	502,1	17,08	24,96	75,98

\*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.)