

прием пищи	раздел	Напер.	Блюдо	Выход,	Цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло слив.	14	Масло сливочное	10	8,64	75,00	0,10	7,25	0,10
	сыр	15	Сыр Российский	24	23,62	61,1	0,52	0,52	0,00
гор. блюдо		173	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	25,38	294,00	8,24	10,30	56,10
гор. напиток		376	Чай с сахаром 200/15	215	2,22	56,00	0,37	0,00	13,70
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
итого				519	63,61	597,10	12,87	18,61	92,70

05.09.2022
 Меню по бесплатному питанию
 учащихся 1-4 классов



«Увержтаю»
 Директор ООО «Дружок»
 Марьева Т.Л.



Зав. производством _____
 (Найманова К.В.)
 Отв по питанию _____
 (Шитикова И.В.)

* 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



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

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



05.09.2022
 Меню

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло слив.	14	Масло сливочное	10	8,64	75,00	0,10	7,25	0,10
		15	Сыр Российский	24	23,62	61,1	0,52	0,52	0,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	25,38	294,00	8,24	10,30	56,10
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,22	56,00	0,37	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
обед	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	итого			519	63,61	597,10	12,87	18,61	92,70
	закуска	71	Помидор свежий	34	3,08	14,40	0,66	0,10	2,28
	закуска	71	Огурец свежий	50	3,39	4,80	0,28	0,00	0,76
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	6,02	109,00	1,70	4,90	14,60
	2блюдо	268	Биточки из говядины с соусом 100/5	105	65,17	249,00	13,00	13,00	1,50
	гарнир	309	Макароны отварные	180	11,08	190,89	5,18	3,70	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,89	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,37	50,25	2,04	0,39	11,9
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,23	117	0,45	0	28,9
итого			889	100,23	806,14	25,59	22,33	108,96	
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	20,80	96	0	0	24
	фрукты	338	Яблоко свежее	160	15,36	75,2	0,64	0,64	15,7
	итого			360	36,16	171,2	0,64	0,64	39,7
	всего за день			1768	200,00	1574,44	39,1	41,58	241,36

*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 Найм (Найманова К.В.)

Отв по питанию Шитикова (Шитикова И.В.)

Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"
 Марьева Т.П.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №31
 Золотухина Т.А.

Меню на 05.09.2022
 для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	6,45	162,00	5,25	5,27	23,50
	2блюдо	294	Биточки из птицы с соусом	100	30,47	227,00	11,10	15,00	13,00
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,24	190,89	5,18	3,70	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	25	1,55	70,80	2,28	0,24	14,70
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,29	56,00	0,37	0,00	13,70
	итого				690	50,00	706,69	24,18	24,21

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства Найманова К.В.

Ответственный по питанию