



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

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



06.09.2022
 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	71	Огурец свежий	60	3,64	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	31,08	223	8,5	15	11,7
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	13,46	138,00	3,13	4,50	21,20
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном 200/15/7	222	3,90	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,89	70,80	2,28	0,24	14,80
	итого			582	63,61	562,20	15,15	27,09	62,84

*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 К.В. Найманова (Найманова К.В.)

Ответственная по питанию И.В. Шитикова (Шитикова И.В.)

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



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



06.09.2022
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
	закуска	71	Огурец свежий	60	3,64	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	31,08	223	8,5	15	11,7
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	13,46	138,00	3,13	4,50	21,20
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном 200/15/7	222	3,90	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,89	70,80	2,28	0,24	14,80
итого				582	63,61	562,20	15,15	27,09	62,84
обед	закуска	71	Помидор свежий	60	4,97	14,4	0,66	0,1	2,28
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	6,51	129,00	4,20	4,16	18,60
	2блюдо	290	Птица тушеная в соусе 50/50	100	35,11	158,00	11,60	10,20	1,68
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,88	160,00	3,20	9,05	17,68
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	348	Компот из сушеных плодов и ягод (изюма)	200	9,66	135,80	0,48	0,10	33,00
	итого				810	76,88	708,20	23,78	24,15
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	20,8	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Банан свежий	240	38,71	230,4	3,6	1,2	50,4
	итого			440	59,51	326,40	3,60	1,20	74,40
	всего за день				200,00	1596,80	42,53	52,44	233,18

*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 И.В. Шитикова (Найманова К.В.)

Ответственная по питанию Т.А. Золотухина (Шитикова И.В.)



Меню на 06.09.2022
для учащихся льготной категории

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
обед	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,41	91,00	3,00	4,20	10,20
	2блюдо	234/330	Птица тушеная в соусе 50/50	100	26,25	205,00	13,10	15,90	3,36
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	10,35	208,00	3,70	4,20	39,80
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,53	40,20	1,36	0,00	7,96
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,29	56,00	0,32	0,00	13,70
	итого			765	50,00	671,00	23,76	24,54	89,72

- * 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

Зав.производства *К.В. Найманова* Найманова К.В.

Ответственный по питанию *Т.П. Марьева*