

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



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



20.09.2022
 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	4,54	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	30,88	223,00	8,5	15	11,7
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	12,64	138,00	3,13	4,50	21,20
	гор. напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,90	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	42	3,01	99,12	3,19	0,34	20,70
	итого			584	63,61	590,52	16,06	27,19	68,74

*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.)



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №31

Золотухина Т.А.

Меню на 20.09.2022
для учащихся льготной категории

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	71	Огурец свежий	53	4,04	71,00	0,14	0,02	0,38
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 80/20	100	22,40	137,00	11,90	5,28	10,50
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,88	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	30	2,29	40,20	1,36	0,00	7,96
	гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,22	56,00	0,37	0,00	13,70
	итого			578	50,00	583,00	19,75	9,74	87,04

* 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 Найманова К.В.

Ответственный по питанию И.И.И.

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



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



20.09.2022
 Меню

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	4,54	6,6	0,7	0,1	1,14
	гор. блюдо	234	Биточки рыбные из минтая с соусом 70/30	100	30,88	223,00	8,5	15	11,7
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	12,64	138,00	3,13	4,50	21,20
	гор. напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,90	57,60	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	42	3,01	99,12	3,19	0,34	20,70
	итого			584	63,61	590,52	16,06	27,19	68,74
обед	закуска	71	Помидор свежий	60	4,97	14,4	0,66	0,1	2,28
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	5,72	129,00	4,20	4,16	18,60
	2блюдо	290	Птица тушеная в соусе 50/50	100	33,93	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
	3 блюдо	348	Компот из сушеных плодов и ягод (изюма)	200	9,66	135,80	0,48	0,10	33,00
итого			810	74,91	708,20	23,78	24,15	95,94	
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	21,84	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Банан свежий	248	39,64	227	3,57	1,2	50
	итого			448	61,48	323,00	3,57	1,20	74,00
	всего за день				200,00	1621,72	43,41	52,54	238,68

*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 Найманова К.В. (Найманова К.В.)
 Ответственная по питанию Шитикова И.В. (Шитикова И.В.)