

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



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



21.09.2022
 Меню по бесплатному питанию
 учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нор.ец.	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	Помидор свежий	30	2,81	7,2	0,33	0,1	1,14
	закуска	71	Огурец свежий	47	3,62	5,4	0,3	0,05	0,93
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	28,96	180	12,7	15,2	2,13
	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
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,23	117,00	0,45	0,00	28,90
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			598	63,61	557,30	18,12	23,74	70,70

*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 И.В. (Шитикова И.В.)



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотыхина Т.А.

Меню на 21.09.2022

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	масло сл.	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	закуска	71	Огурец свежий	31	2,42	6,60	0,70	0,10	1,14
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	28,96	180,00	12,70	15,20	2,13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	0,60	0,60	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,30	8,00
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,23	117,00	0,45	0,00	28,90
	итого			402	50,00	480,80	15,91	23,45	54,97

* 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. производством  Найманова К.В.

Ответственный по питанию 

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



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



21.09.2022
 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	Помидор свежий	30	2,81	7,2	0,33	0,1	1,14
	закуска	71	Огурец свежий	47	3,62	5,4	0,3	0,05	0,93
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	28,96	180	12,7	15,2	2,13
	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
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,23	117,00	0,45	0,00	28,90
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			598	63,61	557,30	18,12	23,74	70,70
	обед	закуска	71	Огурец свежий	28	2,22	3,08	0,2	0,03
1 блюдо		101	Рассольник Петербургский со сметаной	260	13,28	134	2,2	6,99	15,6
2блюдо		279	Тефтели из говядины	110	37,27	227	13,8	11,4	6,8
гарнир		310	Картофель отварной	150	11,62	149	3,4	5,0	23,6
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
3 блюдо		342	Компот из яблок свежих	200	5,91	113	0,18	0,16	27,7
итого				798	74,05	737,08	23,42	24,12	97,03
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	21,84	96	0	0	24
	выпечка	422	Булочка ванильная	100	13,84	324	7,52	6,95	57,8
	фрукты	338	Апельсин свежий	170	26,66	73,1	1,53	0,34	13,8
	итого			470	62,34	493,10	9,05	7,29	95,60
	всего за день			1866	200,00	1787,48	50,59	55,15	263,33

*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.)

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