

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



23.09.2022

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	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	19	19,25	72,4	4,6	5,8	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,73	194,00	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,22	56,00	0,32	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			644	63,61	529,90	18,30	26,49	79,24

*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.)

Отв 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 23.09.2022
для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,10
	гор. блюдо	384	Каша вязкая манная молочная	220	21,73	194,00	10,40	12,60	36,00
			200/10/10						
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,80
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,26	7,96
	фрукты	338	Яблоко свежее	142	13,66	66,74	0,57	0,57	13,90
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,22	56,00	0,32	0,00	13,70
	итого			637	50,00	493,94	15,03	20,92	86,46

* 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.

23.09.2022
 Меню

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	8,64	66,20	0,10	7,25	0,14
	закуска	15	Сыр Российский	19	19,25	72,4	4,6	5,8	0,00
	гор. блюдо	384	Каша вязкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	21,73	194,00	10,40	12,60	36,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,22	56,00	0,32	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,80	2,28	0,24	14,70
	фрукты	338	Яблоко свежее	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			644	63,61	529,90	18,30	26,49	79,24
обед	закуска	71	Огурец свежий	45	3,07	4,95	0,32	0,05	0,86
	закуска	71	Помидор свежий	43	3,76	10,32	0,47	0,10	1,63
	1 блюдо	89	Щи из свежей капусты с картофелем	250	5,02	105,00	2,00	6,19	10,30
	2блюдо	234	Котлета рыбная из филе минтая	105	45,97	186,00	14,60	8,30	13,20
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	12,64	168,00	3,77	5,62	25,50
	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
	3 блюдо	352	Кисель из яблок и вишни	200	6,06	124,00	0,15	0,12	30,60
	итого			863	81,78	719,32	25,63	21,01	108,79
	полдник	напиток		Сок фруктовый	200	21,84	96,00	0,00	0,00
фрукты		338	Банан свежий	205	32,77	197	3,08	1	43
				405	54,61	293,00	3,08	1,00	67,00
всего за день				1912	200,00	1542,22	47,01	48,50	255,03

*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.)

Отв по питанию  (Шитикова И.В.)