

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



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



18.01.2023
 Меню

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.производство	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14	
	пром.производство	50	Икра кабачковая консервированная	60	5,54	71,40	1,14	5,84	4,62	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	1,92	56,50	0,38	0,00	13,70	
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,93	190,00	11,10	15,00	2,81	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,14	13,10	
	слад.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	11,69	61,10	0,50	0,50	11,44	
	итого			556	64,08	527,40	16,43	29,73	45,81	
	обед	закуска	71	Огурец свежий	42	11,11	4,73	0,3	0,04	0,82
		1 блюдо	101	Рассольник Петербургский со сметаной	260	14,32	134,00	2,20	6,99	15,60
2блюдо		279	Тефтели из говядины	110	32,81	178,3	13,8	11,4	6,8	
гарнир		310	Картофель отварной	150	12,68	149,00	3,40	5,00	23,60	
хлеб			Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,14	13,10	
хлеб			Хлеб ржаной	20	1,58	46,40	1,12	0,22	9,88	
3 блюдо		348	Компот из сушеных плодов и ягод (изюм)	200	9,03	135	0,48	0,1	33	
итого				812	83,70	729,63	24,51	24,89	102,80	
полдник		напиток		Сок фруктовый	200	20,02	96,00	0,00	0,00	24,00
	конд.издел.		Конфета вафельная "Амаре"	45	32,20	238,00	1,80	13,95	26,55	
	итого			245	52,22	334,00	1,80	13,95	50,55	
	всего за день			1187	200,00	1124,73	26,81	39,34	164,79	

*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 _____

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



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



18.01.2023
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.произв одство	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
	пром.произв одство	50	Икра кабачковая консервированная	60	5,54	71,40	1,14	5,84	4,62
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	1,92	56,50	0,38	0,00	13,70
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,93	190,00	11,10	15,00	2,81
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,14	13,10
	слад.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	11,69	61,10	0,50	0,50	11,44
	итого			556	64,08	527,40	16,43	29,73	45,81

*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 П

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 18.01.2023

для учащихся льготных категорий

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.произв.	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	222	3,96	57,50	0,44	0,00	13,90
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	33,93	190,00	11,10	15,00	2,81
	хлеб		Хлеб пшеничный	24	1,70	70,80	0,60	0,60	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,58	40,20	1,36	0,26	7,96
	итого				387	50,00	424,70	13,60	23,11

* 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 