



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



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

22.03.2023  
Меню

| прием пищи | раздел  | Нерец.      | Блюдо                                       | Выход, г                  | Цена  | Калорий | белки | жиры  | углеводы |       |
|------------|---------|-------------|---|---------------------------|-------|---------|-------|-------|----------|-------|
| обед       | закуска | 71          | Огурец свежий                               | 27                        | 8,07  | 2,97    | 0,19  | 0,03  | 0,51     |       |
|            | 1 блюдо | 101         | Рассольник Петербургский с пшеничной крупой | 250                       | 12,65 | 134,00  | 2,2   | 6,99  | 15,6     |       |
|            | 2блюдо  | 279         | Птица в соусе 50/50                         | 100                       | 36,15 | 188     | 13,3  | 8,94  | 13,7     |       |
|            | гарнир  | 302         | Рис припущенный                             | 150                       | 12,33 | 295,00  | 5,01  | 7,25  | 52,3     |       |
|            | хлеб    |             | Хлеб пшеничный                              | 30                        | 2,29  | 82,20   | 3,21  | 1,14  | 13,10    |       |
|            | хлеб    |             | Хлеб ржано-пшеничный                        | 20                        | 1,66  | 46,4    | 1,12  | 0,22  | 9,88     |       |
|            | 3 блюдо | 349         | Компот из сухофруктов                       | 200                       | 6,20  | 117     | 0,45  | 0     | 28,9     |       |
|            | итого   |             |   | 777                       | 79,35 | 865,57  | 25,48 | 24,57 | 133,99   |       |
|            | полдник | напиток     |   | Сок фруктовый             | 200   | 19,50   | 96,00 | 0,00  | 0,00     | 24,00 |
|            |         | конд.издел. |   | Конфета вафельная "Амаре" | 45    | 37,07   | 238   | 1,8   | 13,95    | 26,55 |
| итого      |         |             |   | 245                       | 56,57 | 334,00  | 1,80  | 13,95 | 50,55    |       |
|            |         |             |   |                           |       |         |       |       |          |       |
|            |         |             |   |                           |       |         |       |       |          |       |
|            |         |             |   |                           |       |         |       |       |          |       |
|            |         |             |   |                           |       |         |       |       |          |       |

\*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

\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И.

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Найманова К.В.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_

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



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



22.03.2023

Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел                | №рец. | Блюдо                            | Выход, г | Цена  | Калорий | Белки | жиры  | углеводы |
|------------|-----------------------|-------|----------------------------------|----------|-------|---------|-------|-------|----------|
| завтрак    | пром.произв<br>одство | 14    | Масло сливочное                  | 10       | 7,63  | 66,20   | 0,10  | 7,25  | 0,14     |
|            | одство                | 50    | Икра кабачковая консервированная | 60       | 8,60  | 71,40   | 1,14  | 5,84  | 4,62     |
|            | гор. напиток          | 376   | Чай с сахаром                    | 215      | 1,94  | 56,50   | 0,38  | 0,00  | 13,70    |
|            | гор. блюдо            | 210   | Омлет натуральный                | 111      | 35,14 | 190,00  | 11,10 | 15,00 | 2,81     |
|            | хлеб                  |       | Хлеб пшеничный                   | 30       | 2,29  | 82,20   | 3,21  | 1,14  | 13,10    |
|            | слад.блюдо            | 338   | Фрукты свежие (яблоко)           | 130      | 8,48  | 64,85   | 0,55  | 0,55  | 13,5     |
|            | итого                 |       |                                  | 556      | 64,08 | 531,15  | 16,48 | 29,78 | 47,87    |
|            |                       |       |                                  |          |       |         |       |       |          |
|            |                       |       |                                  |          |       |         |       |       |          |
|            |                       |       |                                  |          |       |         |       |       |          |

\*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

\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И.

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Найманова К.В.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_

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



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



22.03.2023

Меню  
учащихся 5-11 классов

| прием пищи | раздел            | Нерец. | Блюдо                            | Выход, г | Цена  | Калорийн | белки | жиры  | углеводы |
|------------|-------------------|--------|----------------------------------|----------|-------|----------|-------|-------|----------|
| завтрак    | пром.производство | 14     | Масло сливочное                  | 10       | 9,39  | 66,20    | 0,10  | 7,25  | 0,14     |
|            | водство           | 50     | Икра кабачковая консервированная | 60       | 5,54  | 71,40    | 1,14  | 5,84  | 4,62     |
|            | гор. напиток      | 376    | Чай с сахаром                    | 215      | 1,94  | 56,50    | 0,38  | 0,00  | 13,70    |
|            | гор. блюдо        | 210    | Омлет натуральный                | 111      | 35,14 | 190,00   | 11,10 | 15,00 | 2,81     |
|            | хлеб              |        | Хлеб пшеничный                   | 30       | 2,29  | 82,20    | 3,21  | 1,14  | 13,10    |
|            | слад.блюдо        | 338    | Фрукты свежие (яблоко)           | 110      | 9,78  | 64,85    | 0,55  | 0,55  | 13,5     |
|            | итого             |        |                                  | 536      | 64,08 | 531,15   | 16,48 | 29,78 | 47,87    |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Найманова К.В.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_





**Меню на 22.03.2023**  
для учащихся льготных категорий

| прием пищи | раздел             | №рек. | Блюдо                            | Выход      | Цена         | Ккал          | белки        | жиры         | углеводы     |
|------------|--------------------|-------|----------------------------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
|            | пром.произв.       | 14    | Масло сливочное                  | 10         | <b>9,39</b>  | 66,20         | 0,10         | 7,25         | 0,14         |
| завтрак    | гор. напиток       | 376   | Чай с сахаром                    | 215        | <b>1,94</b>  | 56,50         | 0,38         | 0,00         | 13,70        |
|            | пром.произв одство | 50    | Икра кабачковая консервированная | 50         | <b>8,90</b>  | 71,40         | 1,14         | 5,84         | 4,62         |
|            | гор. блюдо         | 210   | Омлет натуральный                | 111        | <b>35,14</b> | 190,00        | 11,10        | 15,00        | 2,81         |
|            | хлеб               |       | Хлеб пшеничный                   | 30         | <b>2,13</b>  | 82,20         | 3,21         | 1,14         | 13,10        |
|            | <b>итого</b>       |       |                                  | <b>416</b> | <b>57,50</b> | <b>466,30</b> | <b>15,93</b> | <b>29,23</b> | <b>34,37</b> |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Зав.производством \_\_\_\_\_