

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



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



04.09.2023
 Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.пр-во	14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
	пром.пр-во	15	Сыр Российский	17	17,01	36,30	2,30	2,00	0,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,14	56,50	0,38	0,00	13,70
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	28,65	299,00	5,80	9,00	48,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	3,21	1,40	13,10
	слад.блюдо	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,40
	итого			622	74,04	601,30	12,31	20,17	87,04
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,76	110,00	1,69	4,90	14,80
	2блюдо	294	Котлета рубленая из птицы 80/20	100	38,48	190	11,4	11	11
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,49	242	8,56	5,9	39,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,66	46,40	1,12	0,22	9,88
	3 блюдо	348	Компот из сушеных плодов и ягод (изюм)	200	9,10	135,00	0,48	0,10	33,00
	итого			750	71,78	805,60	26,46	23,52	121,28
полдник	фрукты	338	Фрукты свежие (банан)	235	54,18	223,7	3,5	1,2	48,9
	итого			235	54,18	223,70	3,5	1,2	48,90
всего за день				1607	200,00	1630,6	42,27	44,89	257,22

*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 _____ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.А.



"Согласовано"


Директор МБОУ СОШ №31

Золотухина Т.А.


Меню на 04.09.2023
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетическая	
					белки	жиры	углеводы		
Неделя 2	День 1								
завтрак	пром. произв	14	Масло сливочное крестьянское(порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (рис)	220	28,65	5,80	9,00	48,70	299,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,1	82,2
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,66	46,40	1,12	0,22	9,88
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,54	0,44	0,00	13,90	57,60
	сл блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,47	0,52	0,52	11,40	61,10
Итого за завтрак			632	61,00	56,47	19,29	87,46	575,98	

Зав.производства  Ильин А.Н.


Ответственный по питанию 

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 04.09.2023
для питания детей СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	Пищевые вещества			энергетическая	
					белки	жиры	углеводы		
завтрак	пром. произв	14	Масло сливочное крестьянское(порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	пром. произв	15	Сыр Российский	30	29,18	5,8	7,88	0,00	91,00
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (рис)	220	28,65	5,8	9	48,70	299,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,10	82,20
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,40
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,14	0,38	0	13,70	56,50
сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	137	15,35	0,52	0,52	11,40	61,10	
Итого за завтрак			662	88,66	16,93	26,27	96,92	702,4	

Зав.производства  Ильин А.Н.

Ответственный по питанию 