

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



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



16.10.2023
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел | Нерец. | Блюдо | Выход | 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 | 24 | 24,89 | 90,5 | 5,75 | 5 | 0,00 |
| | гор. напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 222 | 4,22 | 57,50 | 0,44 | 0,00 | 14,70 |
| | гор. блюдо | 174 | Каша вязкая молочная из риса 200/10/10 | 220 | 29,96 | 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) | 150 | 9,60 | 70,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | итого | | | 656 | 80,35 | 665,90 | 15,90 | 23,25 | 91,34 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

*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 (комлот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию _____ (Потапова А.В.)

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



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



16.10.2023

Меню
учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел | №рец. | Блюдо | Выход, | Цена | Калорийность | белки | жиры | углеводы |
|------------|-------------|-------|---------------------------------|--------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| обед | закуска | 70 | Огурец соленый | 60 | 13,61 | 8,1 | 0,55 | 0,06 | 1,34 |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 8,32 | 110,00 | 1,69 | 4,90 | 14,80 |
| | 2блюдо | 294 | Котлета рубленая из птицы 70/30 | 100 | 37,08 | 299 | 14,4 | 20 | 14,3 |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,44 | 242 | 8,57 | 5,9 | 38,7 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,06 | 109,6 | 4,28 | 1,8 | 17,4 |
| | хлеб | | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,49 | 69,6 | 1,7 | 0,33 | 14,8 |
| | 3 блюдо | 348 | Компот из сушеных ягод (курага) | 200 | 13,55 | 126 | 0,77 | 0,04 | 27,3 |
| итого | | | | 830 | 91,55 | 964,30 | 31,96 | 33,03 | 128,64 |
| полдник | напиток | | Сок фруктовый | 200 | 20,80 | 96,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | конд.издел. | | Печенье в индивид.упак."Антика" | 130 | 27,30 | 572 | 9,1 | 20,8 | 89,7 |
| | Итого | | | 330 | 48,10 | 668,00 | 9,10 | 20,80 | 113,70 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

*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 _____ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию _____ (Потапова А.В.)

"Согласовано"
 Директор МБОУ СОШ №14
 Золотухина Т.А.



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



16.10.2023

Меню
 учащихся 5-11 классов

| прием пищи | раздел | Нерец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий | 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 | 10 | 10,39 | 36,2 | 2,3 | 2 | 0,00 | |
| | гор. напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 222 | 4,22 | 57,50 | 0,44 | 0,00 | 14,70 | |
| | гор. блюдо | 174 | Каша вязкая молочная из риса 200/10/10 | 220 | 29,96 | 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 | 8,32 | 61,1 | 0,52 | 0,52 | 11,44 | |
| итого | | | | 622 | 64,57 | 602,20 | 12,37 | 20,17 | 88,08 | |
| обед | закуска | 70 | Огурец соленый | 47 | 10,99 | 6,11 | 0,38 | 0,05 | 0,8 | |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 8,32 | 110,00 | 1,69 | 4,90 | 14,80 | |
| | 2блюдо | 294 | Котлета рубленая из птицы 70/30 | 100 | 37,08 | 299 | 14,4 | 20 | 14,3 | |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,44 | 242 | 8,57 | 5,9 | 38,7 | |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 82,20 | 3,21 | 1,40 | 13,10 | |
| | хлеб | | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,66 | 46,40 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | |
| | 3 блюдо | 348 | Компот из сушеных ягод (курага) | 200 | 13,55 | 126 | 0,77 | 0,04 | 27,3 | |
| | итого | | | | 797 | 87,33 | 911,71 | 30,14 | 32,51 | 118,88 |
| полдник | напиток | | Сок фруктовый | 200 | 20,80 | 96,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 | |
| | конд.издел. | | Печенье в индивид.упак. "Антика" | 130 | 27,30 | 572 | 9,1 | 20,8 | 89,7 | |
| | Итого | | | | 330 | 48,10 | 668,00 | 9,10 | 20,80 | 113,70 |
| | всего за день | | | | 1749 | 200,00 | 2181,91 | 51,61 | 73,48 | 320,66 |

*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 _____ (Поталова А.В.)



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.




Согласовано
Директор МБОУ СОШ №31

Золотухина Т.А.

Меню на 16.10.2023
для учащихся льготных категорий

| прием пищи | № рец | Наименование блюда | вес блюда | цена | Пищевые вещества | | | энергетич еская | |
|-------------------------|--------------|--------------------|--|------------|------------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|
| | | | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 | День 1 | | | | | | | | |
| завтрак | пром. произв | 14 | Масло сливочное крестьянское(порциями) | 10 | 9,39 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | 66,20 |
| | пром. произв | 15 | Сыр Российский | 10 | 10,39 | 2,30 | 2,90 | 0,00 | 36,20 |
| | гор. блюдо | 173 | Каша вязкая молочная из крупы (рис) | 220 | 29,96 | 5,80 | 9,00 | 48,70 | 299,00 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 3,21 | 1,40 | 13,10 | 82,20 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 215 | 2,23 | 0,38 | 0,00 | 13,70 | 56,50 |
| | сл.блюдо | 338 | Фрукты свежие (яблоко) | 105 | 6,74 | 0,52 | 0,52 | 11,44 | 61,10 |
| Итого за завтрак | | | | 590 | 61,00 | 12,31 | 21,07 | 87,08 | 601,20 |

Зав.производства  Ильин А.Н.

Ответственный по питанию  Поталова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.И.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №31


Золотарина Т.А.

Меню на 16.10.2023
для питания детей СВО

| прием пищи | № рецепта | Наименование блюда | вес блюда | цена | Пищевые вещества | | | энергетическая ценность |
|-------------------------|-----------------|--|--------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|
| | | | | | белки | жиры | углеводы | |
| завтрак | пром. произв 14 | Масло сливочное крестьянское(порциями) | 10 | 9,39 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | 66,20 |
| | пром. произв 15 | Сыр Российский | 25 | 25,31 | 5,50 | 7,08 | 0,00 | 86,88 |
| | гор. блюдо 173 | Каша вязкая молочная из крупы (рис) | 220 | 29,96 | 5,80 | 9,00 | 48,70 | 299,00 |
| | хлеб | Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 3,21 | 1,40 | 13,10 | 82,20 |
| | гор.напиток 377 | Чай с сахаром и лимоном | 222 | 4,22 | 0,44 | 0,00 | 13,90 | 57,50 |
| | муч.изделие 415 | Крендель сахарный | 80 | 17,49 | 7,52 | 6,95 | 57,80 | 324,00 |
| Итого за завтрак | | | 587 | 88,66 | 22,57 | 31,68 | 133,64 | 915,78 |

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию _____ Потапова А.В.