

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



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



17.01.2024

Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	30,58	302,00	13,00	8,30	76,10
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	16,26	139	3,8	3,04	24
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,14	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
		15	Сыр Российский	17	17,88	61,54	3,91	3,4	0,00
	итого				549	76,72	655,24	24,52	16,48

\*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 \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)

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



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



17.01.2024

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	7,07	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	45,23	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	13,92	295,00	5,01	7,25	52,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	39	3,08	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,63	46,4	1,12	0,22	9,88
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,75	106	0,12	0,1	33
	итого				769	77,68	821,60	24,26	26,70
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Фрукты свежие(апельсин)	200	44,80	86	1,8	0,4	16,2
	итого			245	65,60	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 \_\_\_\_\_ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию \_\_\_\_\_ (Потапова А.В.)





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



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

17.01.2024

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	30,58	302,00	13,00	8,30	76,10
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,14	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
		15	Сыр Российский	12	11,96	54,3	3,45	4,35	0,00
	итого				549	56,72	565,50	20,64	14,39
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	7,07	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	45,23	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	13,92	295,00	5,01	7,25	52,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	39	3,08	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,63	46,4	1,12	0,22	9,88
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,75	135	0,48	0,1	33
	итого				769	77,68	850,60	24,62	26,70
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Фрукты свежие(апельсин)	200	44,80	30,4	0,64	0,2	6
	итого			245	65,60	334,00	1,80	13,95	50,55
всего за день				1585	200,00	1750,10	47,06	55,04	293,71

Зав. производством

(Ильинов А.Н.)

Отв по питанию

(Поталова А.В.)

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Г.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

**Меню на 17.01.2024**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетич еская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	30,58	302,00	13,00	8,30	76,10
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	16,26	139,00	3,80	3,04	24,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	33	2,57	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,63	69,60	1,68	0,33	14,82
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	140	8,96	65,80	0,56	0,56	13,70
<b>Итого за завтрак</b>			<b>623</b>	<b>61,00</b>	<b>658,60</b>	<b>22,25</b>	<b>13,63</b>	<b>141,72</b>	

Зав. производством Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию Поталова А.В.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 31

Зелотухина Т.А.

**Меню на 17.01.2024**  
для детей СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	183 Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	30,58	302,00	13	8,30	76,10
	гор. напиток	382 Какао с молоком	200	16,26	139,00	3,8	3,04	24,00
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,20	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	140	8,96	65,8	0,56	0,56	13,7
		15 Сыр "Российский" (порциями)	20	21,07	72,4	4,6	5,8	0,00
	14 Масло сливочное		10	9,39	66,2	0,1	7,25	0,14
<b>итого за завтрак</b>			<b>620</b>	<b>88,66</b>	<b>727,60</b>	<b>25,26</b>	<b>26,35</b>	<b>127,04</b>

\*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100gr

\*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.

Ответственный по питанию Потанова А.В.