

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ №21  
Золотухина Т.А.



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



19.01.2024

Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (пшено) 200/10/10	220	25,93	277,00	8,70	3,40	52,80
	гор. напиток	382	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,30	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
		15	Сыр Российский	15	16,13	54,3	3,45	4,35	0
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
		209	Яйцо отварное	40	20,48	66,20	5,10	4,60	0,28
	итого				670	76,72	606,7	21,36	14,35

\*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.)

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

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



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



19.01.2024  
Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Огурец свежий	53	17,87	5,94	0,38	0,05	1,03
	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	6,56	138	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	294	Биточки из птицы	100	47,54	190	11,4	11	11
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,06	242	8,56	5,9	39,5
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	6,00	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,75	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			803	95,18	821,54	27,79	23,89	123,21
полдник	конд.изд.		Печенье "Антика"	130	27,30	572	9,1	20,8	89,7
	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
				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.)

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

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



"Утверждаю"  
 Директор ООО Дружба  
 Марьева Т.П.



19.01.2024  
 Меню  
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (пшено) 200/10/10	220	25,93	277,00	8,70	3,40	52,80
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	150,80	3,76	3,20	26,74
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
		15	Сыр Российский	15	16,13	54,3	3,45	4,35	0
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
		209	Яйцо отварное	40	20,48	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого			670	76,72	701	19,82	20,2	107,48
обед	закуска	71	Огурец свежий	53	17,87	5,94	0,38	0,05	1,03
	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	6,56	138	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	294	Биточки из птицы	100	47,54	190	11,4	11	11
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,06	242	8,56	5,9	39,5
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	6,00	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	37	2,98	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	23	1,97	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			813	95,98	821,54	27,79	23,89	123,21
полдник	конд.изд.		Печенье "Антика"	130	27,30	572	9,1	20,8	89,7
				130	27,30	572,00	9,10	20,80	89,70
	всего за день			1613	200,00	2094,54	56,71	64,89	320,39

\*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.)

Отв по питанию  (Потапова А.В.)

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"



Марьсва Т.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 31

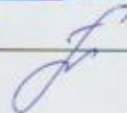


Зелогухина Т.А.

**Меню на 19.01.2024**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (пшено)	220	25,93	277,00	8,70	3,40	52,80
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,63	69,60	1,68	0,33	14,82
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	140	8,96	61,10	0,52	0,52	11,44
	15	Сыр Российский	18	18,90	65,16	4,14	3,60	0,00	
Итого за завтрак			653	61,00	611,56	18,63	9,25	105,86	

Зав производством  Нильнов А.И.

Ответственный по питанию  Поталова А.В.

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

**Меню на 19.01.2024**  
для детей СВО

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (пшено)	220	25,93	277,00	8,70	3,40	52,80
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	140	8,96	61,10	0,52	0,52	11,44
		209	Яйцо отварное	40	20,48	62,80	5,10	4,5	0,3
	15	Сыр Российский	18	19,32	65,16	4,14	3,6	0	
	14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>673</b>	<b>88,66</b>	<b>670,96</b>	<b>22,15</b>	<b>20,67</b>	<b>91,48</b>	

\*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,хаква,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав производством \_\_\_\_\_ Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ Потанова А.В.