

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



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



19.10.2023

Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

| прием пищ | раздел             | Нерец. | Блюдо                                   | Выход, г | Цена  | Калорий | белки | жиры  | углеводы |
|-----------|--------------------|--------|---|----------|-------|---------|-------|-------|----------|
| завтрак   | пром.произв одство | 14     | Масло сливочное                         | 10       | 9,39  | 66,20   | 0,10  | 7,25  | 0,14     |
|           | пром.произв одство | 15     | Сыр Российский                          | 14       | 15,49 | 50,96   | 3,25  | 4,13  | 0,00     |
|           | гор. напиток       | 379    | Кофейный напиток с молоком              | 200      | 16,10 | 142,00  | 3,35  | 2,60  | 26,40    |
|           | гор. блюдо         | 183    | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 220      | 30,41 | 302,00  | 13,00 | 8,30  | 76,10    |
|           | хлеб               |        | Хлеб пшеничный                          | 30       | 2,29  | 82,20   | 3,21  | 1,40  | 13,10    |
|           | слад. блюдо        | 338    | Фрукты свежие(яблоко)                   | 130      | 8,32  | 61,10   | 0,52  | 0,52  | 11,44    |
|           | итого              |        |   | 604      | 82,00 | 704,46  | 23,43 | 24,20 | 127,18   |
|           |                    |        |   |          |       |         |       |       |          |
|           |                    |        |   |          |       |         |       |       |          |
|           |                    |        |   |          |       |         |       |       |          |

\*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.



19.10.2023  
Меню  
учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел      | №реца | Блюдо                              | Выход, г | Цена  | Калорий | Белки | жиры  | углеводы |
|------------|-------------|-------|------------------------------------|----------|-------|---------|-------|-------|----------|
| обед       | закуска     | 71    | Огурец свежий                      | 38       | 4,97  | 3,96    | 0,25  | 0,04  | 0,68     |
|            | 1 блюдо     | 97    | Суп картофельный с макаронами      | 250      | 7,90  | 137,00  | 2,95  | 5,20  | 19,60    |
|            | 2блюдо      | 290   | Тефтели из говядины с соусом 60/50 | 110      | 49,78 | 198,40  | 14,70 | 13,20 | 4,77     |
|            | гарнир      | 312   | Пюре картофельное                  | 150      | 14,00 | 150,00  | 3,14  | 5,89  | 21,2     |
|            | 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     | 348   | Компот из сушеных ягод (журага)    | 200      | 13,55 | 126     | 0,77  | 0,04  | 27,3     |
|            | итого       |       |                                    | 798      | 94,15 | 743,96  | 26,14 | 25,73 | 96,53    |
| полдник    | напиток     |       | Сок фруктовый                      | 200      | 20,80 | 96,00   | 0,00  | 0,00  | 24,00    |
|            | муч.изделие | 426   | Булочка с повидлом* обсыпная"      | 100      | 23,05 | 376     | 6,4   | 12,5  | 59,6     |
|            |             |       |                                    | 300      | 43,85 | 472,00  | 6,40  | 12,50 | 83,60    |
|            |             |       |                                    |          |       |         |       |       |          |
|            |             |       |                                    |          |       |         |       |       |          |
|            |             |       |                                    |          |       |         |       |       |          |
|            |             |       |                                    |          |       |         |       |       |          |
|            |             |       |                                    |          |       |         |       |       |          |

\*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.

19.10.2023  
 Меню  
 учащихся 5-11 классов

| 198,40  | 14,70             | 13,20 |   | 4,77 | Выход, г | Цена   | Калорийн | белки | жиры  | углеводы |
|---------|-------------------|-------|---|------|----------|--------|----------|-------|-------|----------|
| завтрак | пром.производство | 14    | Масло сливочное                         |      | 10       | 9,39   | 66,20    | 0,10  | 7,25  | 0,14     |
|         | пром.производство | 15    | Сыр Российский                          |      | 10       | 10,39  | 36,2     | 2,3   | 2     | 0,00     |
|         | гор. напиток      | 376   | Чай с сахаром                           |      | 215      | 2,23   | 56,50    | 0,38  | 0,00  | 13,70    |
|         | гор. блюдо        | 183   | Каша жидкая молочная из гречневой крупы |      | 220      | 30,41  | 302,00   | 13,00 | 8,30  | 76,10    |
|         | хлеб              |       | Хлеб пшеничный                          |      | 30       | 2,29   | 82,20    | 3,21  | 1,40  | 13,10    |
|         | слад.блюдо        | 338   | Фрукты свежие(яблоко)                   |      | 130      | 8,32   | 61,10    | 0,52  | 0,52  | 11,44    |
|         | итого             |       |   |      | 615      | 63,03  | 604,20   | 19,51 | 19,47 | 114,48   |
| обед    | закуска           | 71    | Огурец свежий                           |      | 30       | 3,94   | 4,5      | 0,24  | 0,03  | 0,84     |
|         | 1 блюдо           | 97    | Суп картофельный с макаронами           |      | 250      | 7,90   | 137,00   | 2,95  | 5,20  | 19,60    |
|         | 2блюдо            | 290   | Тефтели из говядины с соусом 60/50      |      | 110      | 49,78  | 198,40   | 14,70 | 13,20 | 4,77     |
|         | гарнир            | 312   | Пюре картофельное                       |      | 150      | 14,00  | 150,00   | 3,14  | 5,89  | 21,2     |
|         | 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           | 348   | Компот из сушеных ягод (курага)         |      | 200      | 13,55  | 126      | 0,77  | 0,04  | 27,3     |
|         | итого             |       |   |      | 790      | 93,12  | 744,50   | 26,13 | 25,72 | 96,69    |
| полдник | напиток           |       | Сок фруктовый                           |      | 200      | 20,80  | 96,00    | 0,00  | 0,00  | 24,00    |
|         | муч.изделие       | 426   | Булочка с повидлом" обсыпная"           |      | 100      | 23,05  | 376      | 6,4   | 12,5  | 59,6     |
|         |                   |       |   |      | 300      | 43,85  | 472,00   | 6,40  | 12,50 | 83,60    |
|         | всего за день     |       |   |      | 1705     | 200,00 | 1820,70  | 52,04 | 57,69 | 294,77   |

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

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

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №31

Золотухина Т.А.

**Меню на 19.10.2023**  
для учащихся льготных категорий

| прием пищи       | № рецепта    | Наименование блюда | вес блюда                               | цена  | Пищевые вещества |       |          | энергетическая |        |
|------------------|--------------|--------------------|---|-------|------------------|-------|----------|----------------|--------|
|                  |              |                    |   |       | белки            | жиры  | углеводы |                |        |
| Неделя 2. День 4 |              |                    |   |       |                  |       |          |                |        |
| 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   | 183                | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 210   | 30,41            | 9,08  | 12,00    | 45,10          | 325,00 |
|                  | хлеб         |                    | Хлеб пшеничный                          | 30    | 2,29             | 3,20  | 1,40     | 13,10          | 82,20  |
|                  | сл. блюдо    | 338                | Фрукты свежие (яблоко)                  | 100   | 6,29             | 0,48  | 0,50     | 11,40          | 56,40  |
|                  | гор. напиток | 376                | Чай с сахаром                           | 215   | 2,23             | 0,38  | 0,00     | 13,70          | 56,50  |
| итого за завтрак |              |                    | 575                                     | 61,00 | 15,54            | 24,05 | 83,44    | 622,50         |        |

Зав.производства \_\_\_\_\_ Ильинов А.Н.

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

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №31

Золотухина Т.А.

**Меню на 19.10.2023**  
для питания детей СВО

| прием пищи       | № рец        | Наименование блюда | вес<br>блюда                            | цена  | Пищевые вещества |       |          | ическая<br>ценнос |        |
|------------------|--------------|--------------------|---|-------|------------------|-------|----------|-------------------|--------|
|                  |              |                    |   |       | 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" (порциями)             | 21    | 22,15            | 4,37  | 5,51     | 0,00              | 68,78  |
|                  | гор. блюдо   | 183                | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 220   | 30,41            | 9,08  | 12,00    | 45,10             | 325,00 |
|                  | хлеб         |                    | Хлеб пшеничный                          | 30    | 2,29             | 3,20  | 1,40     | 13,10             | 82,20  |
|                  | сл. блюдо    | 338                | Фрукты свежие (яблоко)                  | 130   | 8,32             | 0,52  | 0,52     | 11,44             | 61,10  |
|                  | гор. напиток | 379                | Кофейный напиток с молоком              | 200   | 16,10            | 3,35  | 2,60     | 26,40             | 142,00 |
| итого за завтрак |              |                    | 611                                     | 88,66 | 20,62            | 29,28 | 96,18    | 745,28            |        |

Зав. производства \_\_\_\_\_ Ильинов А.Н.

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