

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

**Меню на 20.12.2023**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес	Цена	энергетическ	Пищевые вещества		
2 завтрак	кондит.издел.	Печенье в индивидуальной упаковке 1	130	27,3	65	8	13	69,00
	кондит.издел.	Бисквит в индивидуальной упаковке 1	30	15,70	132	1,2	4,83	21,15
	<b>Итого</b>		<b>160</b>	<b>43,00</b>	<b>197</b>	<b>9,2</b>	<b>17,8</b>	<b>90,15</b>

Зав производством \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

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



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



20.12.2023

Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК №210	Омлет натуральный с вареными овощами	161	55,67	275,00	12,60	21,00	9,01
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном 200/15/7	222	3,46	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	29	2,22	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	46,4	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	9,60	70,5	0,6	0,6	14,7
		14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				549	82,00	597,80	18,07	30,21

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

\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И.

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

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

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



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



20.12.2023

Меню  
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Огурец соленый	28	6,91	3,64	0,22	0,03	0,8
	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	7,04	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	60,44	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	14,07	295,00	5,01	7,25	52,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	46,4	1,12	0,22	9,88
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	4,63	106	0,12	0,1	33
	итого			778	97,04	825,24	24,48	26,73	126,36
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Фрукты свежие(мандарин)	90	20,16	30,4	0,64	0,2	6
	итого			245	40,96	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 \_\_\_\_\_ (Поталова А.В.)



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



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



20.12.2023

Меню  
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК №210	Омлет натуральный с вареными овощами	161	55,67	275,00	12,60	21,00	9,01
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном 200/15/7	222	3,46	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	3,21	1,14	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	120	7,49	56,4	0,48	0,5	11,8
	итого				549	68,91	471,10	16,73	22,64
обед									
	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	7,04	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	60,44	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	14,07	295,00	5,01	7,25	52,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	3,21	1,14	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	46,4	1,12	0,22	9,88
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	4,63	106	0,12	0,1	33
	итого			750	90,13	821,60	24,26	26,70	125,56
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Фрукты свежие(мандарин)	90	20,16	30,4	0,64	0,2	6
	итого			245	40,96	334,00	1,80	13,95	50,55
	всего за день			1585	200,00	1626,70	42,79	63,29	223,92

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.

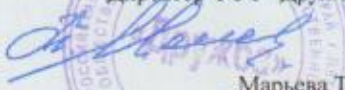
**Меню на 20.12.2023**  
для учащихся льготных категорий

прием пищи		№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	110	52,47	190,00	11,10	15,00	2,81
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	3,21	1,40	13,10
	закуска	70	Огурец соленый	20	4,06	2,70	0,22	0,03	0,80
<b>Итого за завтрак</b>				<b>375</b>	<b>61,00</b>	<b>331,40</b>	<b>14,91</b>	<b>16,43</b>	<b>30,41</b>


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 20.12.2023**  
для питания детей СВО

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	ТТК 210	Омлет натуральный с вареными овощами	161	55,67	275,00	12,60	21,00	9,01
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,46	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	4,82	2,10	19,65
	фрукты	338	Фрукты свежие (мандарин)	80	17,85	30,40	0,64	0,20	6,00
		14	Масло сливочное крестьянское(порциями)	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
<b>Итого за завтрак</b>			<b>503</b>	<b>88,66</b>	<b>511,30</b>	<b>18,60</b>	<b>30,55</b>	<b>48,70</b>	

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.