

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



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



21.09.2023
 Меню по бесплатному питанию
 учащихся 1-4 классов

| прием пищи | 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 | 26 | 25,43 | 90,5 | 5,75 | 5 | 0,00 |
| | гор. напиток | 376 | Чай с сахаром | 215 | 2,12 | 56,50 | 0,38 | 0,00 | 13,70 |
| | гор. блюдо | 183 | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 220 | 30,22 | 302 | 13 | 8,3 | 76,1 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 82,20 | 3,21 | 1,40 | 13,10 |
| | слад.блюдо | 338 | Фрукты свежие(яблоко) | 140 | 12,55 | 65,8 | 0,56 | 0,56 | 13,7 |
| | итого | | | 641 | 82,00 | 663,20 | 23,00 | 22,51 | 116,74 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

*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 _____

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



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



21.09.2023

Меню

учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел | порец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий | белки | жиры | углеводы | |
|------------|---------|-------------|--------------------------------|---------------------|--------|---------|-------|-------|----------|-------|
| обед | закуска | 71 | Огурец свежий | 38 | 3,89 | 3,96 | 0,25 | 0,04 | 0,68 | |
| | 1 блюдо | 97 | Суп картофельный с макаронами | 250 | 7,86 | 137,00 | 2,95 | 5,20 | 19,60 | |
| | 2блюдо | 290 | Бефстроганов из говядины 50/50 | 100 | 70,00 | 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 | 1010 | Напиток яблочный | 200 | 5,35 | 106 | 0,12 | 0,1 | 33 | |
| | итого | | | 788 | 105,05 | 723,96 | 25,49 | 25,79 | 102,23 | |
| | полдник | напиток | | Сок фруктовый | 200 | 20,80 | 96,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | | муч.изделие | 410 | Ватрушка с повидлом | 75 | 12,15 | 324 | 7,52 | 6,95 | 57,8 |
| | | | | 275 | 32,95 | 420,00 | 7,52 | 6,95 | 81,80 | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |

*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.)

Отв по питанию _____



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



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

21.09.2023

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 | 10,04 | 36,2 | 2,3 | 2 | 0,00 |
| | гор. напиток | 376 | Чай с сахаром | 215 | 2,12 | 56,50 | 0,38 | 0,00 | 13,70 |
| | гор. блюдо | 183 | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 220 | 30,22 | 302 | 13 | 8,3 | 76,1 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 82,20 | 3,21 | 1,40 | 13,10 |
| | слад.блюдо | 338 | Фрукты свежие(яблоко) | 130 | 11,65 | 65,8 | 0,56 | 0,56 | 13,7 |
| | итого | | | 615 | 65,71 | 608,90 | 19,55 | 19,51 | 116,74 |
| обед | 1 блюдо | 97 | Суп картофельный с макаронами | 250 | 7,86 | 137,00 | 2,95 | 5,20 | 19,60 |
| | 2блюдо | 290 | Бефстроганов из говядины 50/50 | 100 | 70,00 | 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 | 22 | 1,84 | 46,4 | 1,12 | 0,22 | 9,88 |
| | 3 блюдо | 1010 | Напиток яблочный | 200 | 5,35 | 106 | 0,12 | 0,1 | 33 |
| | итого | | | 752 | 101,34 | 720,00 | 25,24 | 25,75 | 101,55 |
| полдник | напиток | | Сок фруктовый | 200 | 20,80 | 96,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | муч.изделие | 410 | Ватрушка с повидлом | 75 | 12,15 | 324 | 7,52 | 6,95 | 57,8 |
| | | | | 275 | 32,95 | 420,00 | 7,52 | 6,95 | 81,80 |
| | всего за день | | | 1642 | 200,00 | 1748,90 | 52,31 | 52,21 | 300,09 |

*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 _____

Утверждено
Директор ООО "Дружба"

Майрбека Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №31

Золотухина Т.А.

Меню на 21.09.2023
для учащихся льготных категорий

| прием пищи | № рец | Наименование блюда | вес блюда | цена | Пищевые вещества | | | энергетиче ская |
|------------------|--------------|---|--------------|--------------|------------------|--------------|--------------|--------------------|
| | | | | | белки | жиры | углеводы | |
| Неделя 2. День 4 | | | | | | | | |
| завтрак | пром. произв | 14 Масло сливочное крестьянское(порциями) | 10 | 9,39 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,2 |
| | пром. произв | 15 Сыр "Российский" (порциями) | 15 | 14,72 | 3,45 | 4,35 | 0 | 54,3 |
| | гор. блюдо | 183 Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 210 | 20,83 | 9,08 | 12 | 45,1 | 325 |
| | хлеб | Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 |
| | сл. блюдо | 338 Фрукты свежие (яблоко) | 130 | 11,65 | 0,52 | 0,52 | 11,4 | 61,1 |
| | гор. напиток | 376 Чай с сахаром | 215 | 2,12 | 0,38 | 0 | 13,7 | 56,5 |
| итого за завтрак | | | 610 | 61,00 | 16,73 | 25,52 | 83,44 | 645,30 |

Зав.производства _____ Ильинов А.И.

Ответственный по питанию _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №31



Золотухина Т.А.

Меню на 21.09.2023
для питания детей СВО

| прием пищи | № рец | Наименование блюда | вес блюда | цена | Пищевые вещества | | | ическая ценнос | |
|------------------|-------------|--------------------|---|-------|------------------|------|----------|-------------------|-------|
| | | | | | белки | жиры | углеводы | | |
| завтрак | пром.произв | 14 | Масло сливочное крестьянское(порциями) | 10 | 9,39 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,2 |
| | пром.произв | 15 | Сыр "Российский" (порциями) | 16 | 16,41 | 3,68 | 4,64 | 0 | 57,92 |
| | гор. блюдо | 183 | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 220 | 30,22 | 9,08 | 12 | 45,1 | 325 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 |
| | сл.блюдо | 338 | Фрукты свежие (груша) | 140 | 28,23 | 0,52 | 0,52 | 11,4 | 61,1 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 215 | 2,12 | 0,38 | 0 | 13,7 | 56,5 |
| итого за завтрак | | | 631 | 88,66 | 17 | 25,8 | 83,44 | 648,92 | |

Зав.производства _____ Ильников А.Н.

Ответственный по питанию _____