

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №31
Золотухина Т.А.

"Утверждаю"

Директор ООО "Дружба"
Марьева Т.П.

06.12.2023

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 соленым огурцом	151	58,72	194,80	11,38	15,00	3,57
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	23	1,73	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)	130	8,32	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				549	82,00	507,20	16,71	24,13

*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 №34
 Золотухина Т.А.



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

06.12.2023

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	71	Помидор свежий	41	13,97	9,6	0,44	0,1	1,52
	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	7,03	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	51,24	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	13,98	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			791	94,80	831,20	24,70	26,80	127,08
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Фрукты свежие(мандарин)	100	22,40	38	0,8	0,2	7,5
	итого			245	43,20	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.



06.12.2023

Меню
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	ТТК №210	Омлет натуральный с соленым огурцом	151	58,72	194,80	11,38	15,00	3,57
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	3,21	1,14	13,10
		14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого			406	72,58	399,70	15,07	23,39	30,51
обед	закуска	71	Помидор свежий	20	7,29	2,8	0,22	0,04	0,76
	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	7,03	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	51,24	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	13,98	295,00	5,01	7,25	52,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,29	82,20	3,21	1,14	13,10
	сладкое	1010	Напиток яблочный	200	4,63	113	0,18	0,16	27,7
	итого			750	86,46	785,00	23,42	26,58	111,14
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	338	Фрукты свежие(мандарин)	90	20,16	47,7	0,7	0,3	10,4
	итого			245	40,96	334,00	1,80	13,95	50,55
	всего за день			1421	200,00	1562,30	41,19	64,10	201,32

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Поталова А.В.)



Золотухина Т.А.

Меню на 06.12.2023
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	49,27	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
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	113	7,26	56,40	0,48	0,50	11,80
Итого за завтрак			468	61,00	385,10	15,17	16,90	41,41

Зав.производства _____ Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию _____ Поталова А.В.



Меню на 06.12.2023
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 соленым огурцом	161	60,82	194,80	11,38	15,00	3,57
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,46	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,06	109,60	4,82	2,10	19,65
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,49	69,60	1,68	0,33	14,82
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	148	9,44	75,20	0,63	0,63	14,03
	14	Масло сливочное крестьянское(порциями)	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14	
Итого за завтрак			611	88,66	572,90	19,05	25,31	66,11	

Зав.производства _____ Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию _____ Потапова А.В.