

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



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



15.01.2025
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 204	Макароны с сыром	150	36,49	245,00	9,80	11,90	24,70
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,52	82,20	3,21	1,14	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	146	16,36	68,15	0,58	0,58	14,2
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				568	76,72	519,05	14,13	20,87

*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.



15.01.2025

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак									
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	9,84	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	66,49	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	18,50	208	3,74	4,2	39
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	36	3,13	82,20	3,21	1,14	13,10
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	6,02	106	0,12	0,21	25,2
	итого			736	103,98	688,20	21,87	23,54	94,58
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	конд.издел		Конфета вафельная "Амаре"	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
	итого			45	68,80	105,3	2,25	12,6	27,9

*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100gr

*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 рецептур 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.



15.01.2025

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Перец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 204	Макароны с сыром	150	36,49	245,00	9,80	11,90	24,70
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,21	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,14	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	120	13,44	56,4	0,48	0,5	11,8
		14	Масло сливочное крестьянское	8	13,73	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				523	68,51	506,30	13,97	20,79
обед	1 блюдо	101	Рассольник Петербургский с пшеничной крупой	250	9,84	134,00	2,2	6,99	15,6
	2блюдо	279	Птица в соусе 70/30	100	66,49	158,00	12,6	11	1,68
	гарнир	305	Рис припущенный	150	18,50	208	3,74	4,2	39
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,14	13,10
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	6,02	106	0,12	0,21	25,2
	итого				730	103,49	688,20	21,87	23,54
полдник	конд.издел		Конфета вафельная "Амаре"	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
	итого			45	48,00	53,2	1,1	0,3	10,5
	всего за день			1298	220,00	1247,70	36,94	44,63	168,52

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 15.01.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рсц	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	36,49	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор.пашиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	15	1,52	46,40	1,12	0,22	9,88
итого за завтрак		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14
				427	61,00	497,30	14,67	20,77	61,72

*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

*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

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 15.01.2025
для учащихся СВО


прием пищи	№ рецеп	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	204 Макароны отварные с сыром	150	36,49	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор. напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,74	57,50	0,44	0,00	3,90
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,64	82,20	3,21	1,40	3,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	1,44
		70 Огурец соленый	60	14,62	8,1	0,66	0,06	1,34
	14 Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,2	0,1	7,25	0,14	
итого за завтрак			602	88,66	520,10	14,73	21,13	- 64,62

* 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. производства  Ильин А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.