

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



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



28.01.2025
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК225	Запеканка из творога с яблочным соусом 120/30	150	55,85	306,40	10,50	4,68	55,5
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,14	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	143	15,97	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			538	76,72	506,20	14,61	6,34	93,74

*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.)

Ответственная по питанию _____ (Поталова А.В.)

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



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



28.01.2025

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,59	162,00	5,25	9,37	5,27
	2блюдо	260	Гуляш из говядины 50/50	100	101,66	196,00	14,00	14,40	2,72
	гарнир	309	Макаронны отварные	150	13,02	198,00	5,54	4,34	34,2
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,57	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	34	3,09	82,20	3,21	1,14	13,10
	итого				734	132,93	755,20	28,45	29,25
полдник	напиток		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	Муч.изд.	415	Крендель сахарный	50	16,27	181	3,19	5,5	29,8
	итого			250	37,07	277,00	3,19	5,50	53,80

*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 (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменять друг друга

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Ответственная по питанию _____ (Потапова А.В.)

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



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



28.01.2025

Меню

учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК225	Запеканка из творога с яблочным соусом 120/30	150	55,85	306,40	10,50	4,68	55,5
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,14	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	11,20	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			495	71,95	506,20	14,61	6,34	93,74
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,59	162,00	5,25	9,37	5,27
	2блюдо	260	Гуляш из говядины 50/50	100	101,66	196,00	14,00	14,40	2,72
	гарнир	309	Макароны отварные	150	13,02	198,00	5,54	4,34	34,2
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,57	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	1,94	82,20	3,21	1,14	13,10
	итого			730	131,78	755,20	28,45	29,25	84,19
полдник	Муч.изд.	415	Крендель сахарный	50	16,27	181	3,19	5,5	29,8
	итого			50	16,27	181,00	3,19	5,50	29,80
	всего за день				220,00	1442,40	46,25	41,09	207,73

*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.)

Ответственная по питан _____ (Поталова А.В.)

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

Меню на 28.01.25
для учащихся СВО

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225 Запеканка из творога со сгущ. молоком	150	68,81	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	34	3,11	82,20	3,21	1,40	13,10
		338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак			529	88,66	506,2	14,61	6,6	93,74

*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.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 28.01.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с соусом яблочным	150	55,85	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	33	2,97	82,20	3,21	1,40	13,10
Итого за завтрак				398	61,00	445,1	14,09	6,08	82,3

*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  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

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



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



29.01.2025
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 отварные с сыром	150	36,64	245,00	9,80	11,90	24,70
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,63	82,20	3,21	1,14	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	144	16,12	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого				566	76,72	512,00	14,07	20,81

*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 рецептур блюд и кулинарных изделий род ред. 2008г. 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.



29.01.2025

Меню

учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	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	16,69	208	3,74	4,2	39
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,47	82,20	3,21	1,14	13,10
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,71	106	0,12	0,21	25,2
	итого			730	101,20	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 "Амарэ"	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 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.



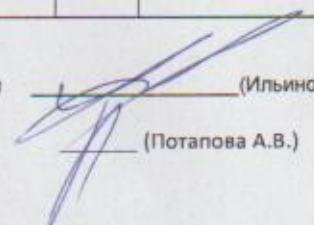
29.01.2025

Меню
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 204	Макароны отварные с сыром	150	36,64	245,00	9,80	11,90	24,70
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	212	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,14	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	8	12,91	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого			540	70,55	512,00	14,07	20,81	63,28
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	16,69	208	3,74	4,2	39
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,14	13,10
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	5,71	106	0,12	0,21	25,2
	итого			730	101,45	688,20	21,87	23,54	94,58
полдник	конд.издел		Конфета вафельная "Амаре"	45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
	итого			45	48,00	105,3	2,25	12,6	27,9
всего за день				1315	220,00	1305,50	38,19	56,95	185,76

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 29.01.2025
для учащихся СВО


прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор блюдо	204 Макароны отварные с сыром	150	36,64	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	222	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		70 Огурец соленый	47	14,41	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			589	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  Нильянов А.Н.

Ответственный по питанию  Потимова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"


Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31


Золотухина Т.А.

Меню на 29.01.2025
для учащихся льготных категорий


прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	36,64	245,00	9,8	11,90	24,70
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	3,72	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,40	1,12	0,22	9,88
		14	Масло сливочное крестьянское	10	15,87	66,2	0,1	7,25	0,14
итого за завтрак				432	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  Ильин А.И.

Ответственный по питанию  Потанова А.В.

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



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



30.01.2025
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

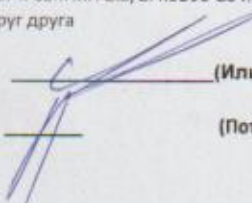
прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийно	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	46,74	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		70	Овощи соленые (огурец)	60	10,52	8,1	0,55	0,06	1,34
	итого			585	76,72	533,90	20,06	19,78	65,58

*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  (Поталова А.В.)

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



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



30.01.2025
Меню
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
Обед	закуска	71	Огурец свежий	31	10,83	3,4	0,2	0,03	0,6
	1 блюдо	97	Суп картофельный с макаронами	250	10,48	137,00	2,95	5,20	19,60
	2блюдо	290	Тефтели из говядины 60/50	110	49,54	198,40	14,70	13,20	4,77
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	24,59	138	3,13	4,5	21,2
	сладкое	348	Компот из сушеных плодов (курага)	200	12,68	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			791	112,89	731,40	26,08	24,59	96,45
полдник	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
	муч.изделие	426	Булочка с повидлом "Обсыпная"	100	36,31	376	6,4	12,5	59,6
	итого			300	57,11	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 _____ (Поталова А.В.)

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



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



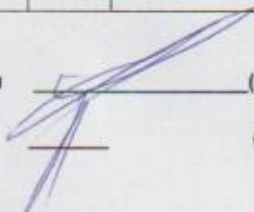
30.01.2025

Меню
 учащихся 5-11 классов


прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	46,74	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,56	61,1	0,52	0,52	11,44
		70	Овощи соленые (огурец)	50	14,63	8,1	0,55	0,06	1,34
	итого			575	80,83	533,90	20,06	19,78	65,58
Обед	закуска	71	Огурец свежий	34	11,72	4,55	0,28	0,04	0,6
	1 блюдо	97	Суп картофельный с макаронами	250	10,48	137,00	2,95	5,20	19,60
	2блюдо	290	Тефтели из говядины 60/50	110	49,54	198,40	14,70	13,20	4,77
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	24,59	138	3,13	4,5	21,2
	сладкое	348	Компот из сушеных плодов (курага)	200	12,68	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			794	113,78	732,55	26,16	24,60	96,45
полдник	муч.изделие	426	Булочка с повидлом "Обсыпная"	70	25,39	326,8	11,5	10	47,7
	итого			70	25,39	326,80	11,50	10,00	47,70
	всего за день			1439	220,00	1593,25	57,72	54,38	209,73

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 30.01.2025
для учащихся СВО

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергет ическая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	291 Плов из птицы	150	46,74	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	376 Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,63	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	35	3,61	46,40	1,12	0,22	9,88
		338 Фрукты свежие (яблоко)	130	14,56	61,10	0,52	0,52	11,44
		70 Овощи солёные(огурец)	60	17,94	8,10	0,66	0,06	1,34
Итого за завтрак			630	88,66	580,30	21,29	20,00	75,46

*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)


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 30.01.2025
для учащихся льготных категорий

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	цена	калорийная ценность	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	150	46,74	326,00	15,40	17,80	26,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		70	Овощи солёные(огурец)	31	9,36	8,10	0,55	0,06	1,34
Итого за завтрак			426	61,00	472,80	19,54	19,26	54,14	

*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)

Зав.производства  Ильинов А.Н.

Ответственный по питанию  Потапова А.В.

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



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



31.01.2025
Меню по бесплатному питанию
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нерец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	181	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	41,00	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,21	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого			585	76,72	529,00	9,71	18,77	76,98

*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.



31.01.2025
Меню
учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Норец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	белки	жиры	углеводы
обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурец)	30	8,60	4,16	0,26	0,03	0,54
	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом	250	10,54	138	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	294	Биточки из птицы с маслом 100/5	105	61,28	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,06	242	8,56	5,9	39,5
	сладкое	352	Компот из свежих плодов	200	20,62	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			785	122,87	878,76	32,27	27,07	125,92
полдник	конд.изд.		Конфета вафельная "Обыкновенное чудо"	30	26,33	129	1,3	5,4	18,9
	напиток		Сок фруктовый	200	20,80	96,00	0,00	0,00	24,00
				230	47,13	225,00	1,30	5,40	42,90

*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.



31.01.2025
 Меню
 учащихся 5-11 классов

прием пищи	раздел	Нерез	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	181	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	41,00	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие(яблоко)	130	14,21	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное крестьянское	6	10,69	66,20	0,10	7,25	0,14
	итого			581	70,80	529,00	9,71	18,77	76,98
обед	закуска	70	Овощи натуральные соленные (огурец)	30	8,60	4,16	0,26	0,03	0,54
	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом	250	10,54	138	2,67	5,32	19,8
	2блюдо	294	Биточки из птицы с маслом 100/5	105	61,28	249	16	14,2	14,2
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,06	242	8,56	5,9	39,5
	сладкое	352	Компот из свежих плодов	200	20,62	117	0,45	0	28,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,05	46,4	1,12	0,22	9,88
	итого			785	122,87	878,76	32,27	27,07	125,92
полдник	конд.изд.		Конфета вафельная "Обыкновенное чудо"	30	26,33	129	1,3	5,4	18,9
				30	26,33	129,00	1,30	5,40	18,90
	всего за день			1396	220,00	1536,76	43,28	51,24	221,80

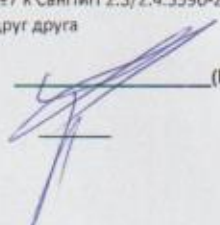
*Согласно приложения №9 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

*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 (компот,чай,какао,кофейный напиток,сок) может взаимозаменить друг друга

Зав. производством _____ (Ильинов А.Н.)

Отв по питанию _____ (Потапова А.В.)



Утверждено
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 31.01.2025
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергети ческая	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
завтрак	173	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	41,00	263,00	5,50	9,60	38,60
	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
		Хлеб пшеничный	30	2,72	82,20	3,21	1,40	13,10
	338	Фрукты свежие (яблоко)	125	14,01	61,10	0,52	0,52	11,44
	14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	66,20	0,10	7,25	0,14
	15	Сыр российский порционню	10	12,14	36,20	2,30	2,9	0
Итого за завтрак			590	88,66	565,20	12,01	21,67	76,98

*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 напитков (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства _____ Ильинов А.И.

Ответственный по питанию _____ Потапова А.В.

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31



Золотухина Т.А.

Меню на 31.01.2025
для учащихся льготных категорий

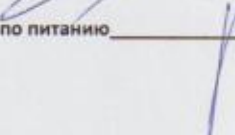
прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (манная)	200	41,00	263,00	5,50	9,60	38,60
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,63	82,20	3,21	1,40	13,10
		338	Фрукты свежие (яблоко)	127	14,19	61,10	0,52	0,52	11,44
Итого за завтрак				582	61,00	462,80	9,61	11,52	76,84

*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  Потимова А.В.