



Меню на 09.09.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из крупы (рис)	220	34,55	328,00	3,10	10,20	52,90
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	17,15	139,00	3,76	3,20	26,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	14,40	70,50	0,60	0,60	14,70
		14	Масло сливочное	10	14,40	66,20	0,10	7,25	1,00
		15	Сыр Российский	16	16,98	57,92	3,68	4,64	0,00
Итого за завтрак			626	100,00	743,82	14,45	27,29	108,10	
Обед	закуска	71	Помидор свежий	60	11,59	14,4	0,66	0,1	2,28
	1блюдо	88	Щи из свежей капусты и картофеля	250	9,48	105,00	2	6,19	10,30
	2блюдо	279	Тефтели из говядины с соусом 50/60	110	44,85	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,72	242,00	8,6	5,90	38,70
	напиток	348	Компот из плодов сушеных (изюма)	200	12,60	135,00	0,48	0,1	33,00
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	35	2,97	109,60	4,28	1,80	17,40
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79	69,60	1,68	0,33	14,82
Итого за обед			835	100,00	843,60	26,34	24,42	127,20	

*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(буфетчик) _____

Ответственный по питанию _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 1
им.М.Ю.Лермонтова

Васюткин Д.В.

Меню на 10.09.2024

для учащихся 1-4 классов

прием пищи		№ реца	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор.блюдо	ТТК 225	Запеканка из творога с мол.сгущ. 130/20	150	62,67	306,40	10,50	4,68	55,50
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,28	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,52	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	46,40	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	149	14,27	70,50	0,60	0,60	14,70
		14	Масло сливочное	10	14,40	66,20	0,10	7,25	1,00
Итого за завтрак				581	100,00	629,20	15,97	14,15	108,08
Обед	закуска	71	Огурец свежий	60	6,55	6,60	0,42	0,06	1,14
	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	10,50	137,00	2,9	5,2	19,60
	2блюдо	ТТК 290	Рагу из птицы 80/150	230	49,98	329,00	21,2	19,50	17,10
	напиток	348	Компот из плодов сушеных (курага)	200	13,04	126,00	0,77	0,04	27,30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	32	2,74	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79	46,40	1,12	0,22	9,88
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	150	14,40	70,50	0,60	0,60	14,70
итого за обед				952	100,00	797,70	30,22	27,02	102,82

*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_(буфетчик)

Ответственный по питанию