

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 13.05.2024

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	29,82	299,00	5,80	9,00	48,70
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	140	17,25	65,80	0,56	0,56	13,70
		14	Масло сливочное	10	9,09	66,20	0,10	7,25	1,00
		15	Сыр Российский	15	15,93	54,3	3,45	4,35	0,00
Итого за завтрак			630	76,72	624,00	13,50	22,56	90,20	
Обед	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронами изделиями	250	7,74	137,00	2,95	5,20	19,60
	2блюдо	279	Тефтели из говядины 50/60	110	43,46	168,00	8,64	10,00	10,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,06	242,00	8,57	5,90	38,70
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	6,37	106,00	0,12	0,1	33,00
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,20	109,60	4,28	1,80	17,40
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	33	2,89	69,60	1,68	0,33	14,82
Итого за обед			783	76,72	832,20	26,24	23,33	134,22	

*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 _____ Алейникова И.А.

Ответственный по питанию _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ-КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 15.05.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	30,21	302,00	13	8,30	76,10
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	56,50	0,38	0,00	13,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,20	1,40	13,10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	140	17,25	65,8	0,56	0,56	13,7
		14	Масло сливочное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	1
		15	Сыр "Российский" (порциями)	15	15,54	54,3	3,45	4,35	0,00
Итого за завтрак			630	76,72	627,00	20,69	21,86	117,60	
Обед	1блюдо	102	Суп картофельный с крупой(пшеничной)	250	6,54	153,00	2,8	5,5	23,30
	2блюдо	ТТК234	Котлета рыбная с соусом 70/30	100	36,65	147,00	11,7	6,10	11,50
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	13,89	150,00	3,14	5,89	21,20
	сладкое	ТТК348	Напиток из плодов сушеных (чернослив)	200	14,00	135,00	0,48	0,1	33,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,20	109,60	4,28	1,80	17,40
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	28	2,44	64,96	1,57	0,31	13,83
	Итого за обед			768	76,72	759,56	23,97	19,7	120,23

*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 _____ Алейникова И.А.

Ответственный по питанию _____



Меню на 16.05.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетическая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	291	Плов из птицы	150	40,47	325,00	14,50	17,00	25,50
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,03	57,50	0,44	0,00	13,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,20	109,60	4,28	1,80	17,40
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,61	69,60	1,68	0,33	14,82
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	141	17,32	65,80	0,56	0,56	13,70
		14	Масло сливочное крестьянское (порциями)	10	9,09	66,20	0,10	7,25	0,14
Итого за завтрак			593	76,72	693,70	21,56	26,94	85,46	
обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидор)	60	15,53	14,40	0,66	0,10	2,28
	1 блюдо	66	Щи из свежей капусты и картофеля	250	6,89	105,00	2,00	6,19	10,30
	2 блюдо	289	Биточки из птицы с соусом 70/30	100	33,87	171,00	11,70	9,80	11,50
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	9,92	203,00	6,00	3,90	36,00
	напиток	1010	Напиток яблочный	200	6,37	106,00	0,12	0,10	33,00
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед			810	76,72	728,00	24,81	21,71	116,06	

*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 Алейникова И.А.

Ответственный по питанию _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ КСОШ № 19



Филин М.Ф.

Меню на 17.05.2024
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	энергетическая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая пшениная молочная 200/10/10	220	25,68	277,00	8,70	3,40	52,80
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	16,02	150,80	3,76	3,20	26,74
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	38	3,00	109,60	4,28	1,80	17,40
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,10	0,50	0,50	11,44
		209	Яйцо отварное	40	16,00	62,80	5,10	4,5	0,3
Итого за завтрак			628	76,72	661,30	22,34	13,40	108,68	
Обед	закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	15,14	14,4	0,66	0,1	2,28
	1блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	8,61	110,00	1,69	4,91	14,80
	2блюдо	289	Котлета из птицы с соусом 70/30	100	33,87	182,00	11,70	9,80	11,50
	гарнир	309	Макароны отварные	150	8,90	191,00	5,20	3,70	34,20
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,06	117,00	0,45	0,00	28,90
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб черн		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,40	1,12	0,22	9,88
Итого за обед			810	76,72	743,00	24,03	20,13	114,66	

*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

Алейникова И.А.

Ответственный по питанию