



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ КСОИ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 07.03.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром пр	14	Масло сливочное	10	9,32	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. блюдо	ТТК №234	Котлета рыбная из минтая с соусом 70/30	100	28,74	183	13,6	6,9	16,8
		гарнир	312	Пюре картофельное	150	14,16	150	3,14	5,89
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,5	0,38	0,00	13,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,40	13,10
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	6,21	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого				635,00	62,60	599,00	20,95	21,96
обед	1блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,98	110	1,69	4,91	14,8
	2блюдо	288	Птица отварная в соусе 50/50	100	27,70	157,00	16,90	8,60	3,00
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,39	242,00	8,57	5,90	38,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,29	46,40	1,12	0,22	9,88
	3 блюдо	348	Компот из изюма	200	9,07	113	0,77	0,04	27,3
	итого				750,00	62,60	750,60	32,26	21,07

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

* Согласно приложения №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред Здобного А.И. 2017г

Зав.производства(буфетчик)

А.В. Амелинкова и.д.

Ответственный по питанию

С.В. Солонова Е.Ю.