



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ КСОШ № 19



Филь М.Ф.

**Меню на 10.03.2023**

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром пр	14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
	пром пр	15	Сыр Российский	11	11,79	40,04	2,6	3,25	0,00
	гор. блюдо	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,5	0,38	0	13,7
	гор. напиток	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес" 200/10/10	220	24,77	331,00	8,24	12,20	47,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,2	3,21	1,4	13,1
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	12,48	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			616	62,60	637,04	15,05	24,62	85,38
обед	1 блюдо	99	Суп из овощей	250	10,53	125,00	3,70	6,90	12,00
	2блюдо	294	Котлета рубленая из филе птицы с соусом 70/30	100	31,10	176,00	11,70	9,20	11,70
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	9,58	241,00	8,57	5,90	38,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,82	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	46,40	1,12	0,22	9,88
	3блюдо	342	Компот из свежих яблок	200	7,99	113	0,18	0,16	27,7
	итого			750,00	62,60	783,60	28,48	23,78	113,08

\* 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

\*\*\*\* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена мяса говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

Зав.производства(буфетчик) А.А. Дмитрикова И.А.

Ответственный по питанию С.А. Соломова Е.Ю.