



Меню на 12.01.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром. произв.	14	Масло сливочное	10	8,83	66,20	0,10	7,25	0,14	
	закуска	71	Помидор свежий	60	4,53	14,40	0,66	0,10	2,28	
	гор. блюдо	301	Кнели из птицы с рисом	100	34,94	293,00	14,00	24,00	5,17	
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	10,26	203,00	6,00	3,90	36,00	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,40	13,10	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,87	56,50	0,38	0,00	13,70	
	итого				565	62,60	715,30	24,35	36,65	70,39
обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеном	250	6,31	103,00	2,30	2,75	17,10	
	2блюдо	229	Птица отварная с соусом 70/30	100	33,17	157,00	13,80	5,74	15,90	
	гарнир	304	Рис отварной	150	13,46	295,00	5,01	7,25	52,30	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,40	13,10	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	46,40	1,36	0,30	8,00	
	3блюдо	349	Компот из сухофруктов	200	6,03	117,00	0,45	0,00	28,90	
	итого				750	62,60	800,60	26,13	17,44	135,30

* 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 рекомендациям по организации питания обучающихся образовательных организаций (МР 2.40179-20) от 18.05.20

Энергетическая ценность школьного завтрака должна составлять 400-550 Ккал, обед - 600-750 Ккал (п. 2.6.1)

Зав. производства (буфетчик) А.М. Шибникова и.п.

Ответственный по питанию Е.Ю. Солопова