

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

**Меню на 16.01.2023**  
для учащихся 1-4 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром пр	14	Масло сливочное	10	8,83	75	0,1	7,25	0,1	
	пром пр	15	Сыр Российский	10	10,56	36,2	2,3	2	0	
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	25,23	299	5,81	9	48,7	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,98	56,5	0,38	0,00	13,70	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,40	13,10	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	46,4	1,12	0	9,88	
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	12,25	61,1	0,5	0,5	11,44	
	итого			635,00	62,60	656,40	13,42	20,15	96,92	
	обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	6,57	137,94	6,73	6,02	83,73
		2блюдо****	279	Тефтели из говядины 60/50	110	38,97	194	8,5	13,6	9,41
гарнир		309	Макароны отварные	150	9,03	197	5,55	4,2	34,2	
хлеб			Хлеб пшеничный	30	2,17	82,2	3,21	1,4	13,1	
хлеб			Хлеб ржано-пшеничный	24	1,9	46,4	1,12	0,22	9,88	
гор.напиток		377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,96	57,80	0,44	0,00	13,90	
итого				786	62,6	715,34	25,55	25,44	164,22	

\* 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) М.В. Амиханова

Ответственный по питанию С.Г. Саломова Е.Ю.