



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю  
Директор МБОУ КСОШ № 19

Фильм М.Ф.

**Меню на 19.01.2023**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром пр	14	Масло сливочное	10	8,83	66,2	0,1	7,25	0,1	
	гор. блюдо	223	Запеканка из творога с соусом	130	33,27	300,00	20,90	8,90	17,80	
	гор. напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,96	82,20	3,21	1,40	13,10	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	70,8	2,28	0,24	14,7	
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	138	14,37	64,85	0,55	0,55	13,5	
	<b>итого</b>				<b>530</b>	<b>62,60</b>	<b>584,05</b>	<b>27,04</b>	<b>18,34</b>	<b>59,2</b>
обед	1 блюдо	98	Суп картофельный с рисом	250	6,47	138	2,67	5,32	19,8	
	2блюдо	ТТК №234	Котлета рыбная из минтая с соусом 70/30	100	33,21	189	8,32	13,6	7,6	
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	13,56	150,00	3,14	5,89	21,20	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,61	82,2	3,21	1,4	13,1	
	хлеб		хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	71,92	1,74	0,34	15,31	
	3блюдо	349	Компот из сухофруктов	200	6,17	117	0,45	0,00	28,90	
	<b>итого</b>				<b>750,00</b>	<b>62,60</b>	<b>748,12</b>	<b>19,53</b>	<b>26,55</b>	<b>105,91</b>

\* 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. Алейникова И.И.

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