



Марьева Т.П.



Филь М.Ф.

**Меню на 20.01.2023**

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   | 66,20  | 0,10   | 7,25  | 0,14     |
|            | пром пр      | 15    | Сыр Российский   | 15       | 15,50  | 54,3   | 3,45   | 4,35  | 0,00     |
|            | гор. блюдо   | 376   | Чай с сахаром 200/15                                   | 215      | 1,98   | 56,5   | 0,38   | 0     | 13,7     |
|            | гор. напиток | 173   | Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес" 200/10/10   | 220      | 22,90  | 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      | 11,22  | 61,1   | 0,52   | 0,52  | 11,44    |
|            | итого        |       |  |          | 620    | 62,60  | 651,30 | 15,90 | 25,72    |
| обед       | 1 блюдо      | 99    | Суп из овощей  | 250      | 10,22  | 125,00 | 3,70   | 6,90  | 12,00    |
|            | 2блюдо       | 294   | Котлета рубленая из филе птицы с соусом томатным 70/30 | 100      | 30,42  | 299,00 | 14,40  | 20,00 | 14,30    |
|            | гарнир       | 302   | Каша пшеничная рассыпчатая                             | 150      | 10,26  | 203,00 | 6,00   | 3,90  | 36,00    |
|            | хлеб         |       | Хлеб пшеничный   | 30       | 1,08   | 82,2   | 3,21   | 1,4   | 13,1     |
|            | хлеб         |       | Хлеб ржаной  | 20       | 1,58   | 46,40  | 1,12   | 0,22  | 9,88     |
|            | 3блюдо       | 348   | Компот из сушеных ягод (изюм)                          | 200      | 9,04   | 135    | 0,48   | 0,1   | 33       |
|            | итого        |       |  |          | 750,00 | 62,60  | 890,60 | 28,91 | 32,52    |

\* 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 А.А.*

Ответственный по питанию

*С.А. Соколова Е.Ю.*