

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ КСОИИ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 28.02.2023

для учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел | №рец | Блюдо | Выход, г | Цена | Ккал | белки | жиры | углеводы | |
|--------------|--------------|-------|------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак | пром.произв. | 14 | Масло сливочное | 10 | 9,39 | 66,20 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | |
| | гор. напиток | 377 | Чай с лимоном | 222 | 3,28 | 57,60 | 0,44 | 0,00 | 13,90 | |
| | гор. блюдо | 223 | Запеканка из творога с соусом | 130 | 34,82 | 300,00 | 20,90 | 8,90 | 17,80 | |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,17 | 82,20 | 3,21 | 1,40 | 13,10 | |
| | хлеб | | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,53 | 46,40 | 1,32 | 0,22 | 9,88 | |
| | сл.блюдо | 338 | Фрукты свежие (яблоко) | 130 | 11,41 | 61,1 | 0,52 | 0,52 | 11,44 | |
| итого | | | | 542,00 | 62,60 | 613,50 | 26,49 | 18,29 | 66,26 | |
| обед | закуска | 70 | Овощи натуральные соленые (огурец) | 60 | 4,60 | 8,1 | 0,55 | 0,06 | 1,34 | |
| | 1 блюдо | 119 | Суп с бобовыми(горох) | 250 | 5,92 | 174,00 | 7,47 | 5,32 | 24,10 | |
| | 2блюдо | 234 | Котлета рыбная с соусом | 100 | 28,78 | 183,70 | 13,60 | 6,90 | 16,80 | |
| | гарнир | 312 | Пюре картофельное | 150 | 14,43 | 150,00 | 3,14 | 5,89 | 21,20 | |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,17 | 82,20 | 3,21 | 1,40 | 13,10 | |
| | хлеб | | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,65 | 46,40 | 1,32 | 0,22 | 9,88 | |
| | напиток | 1010* | Напиток яблочный | 200 | 5,05 | 103 | 0,1 | 0,05 | 25,6 | |
| | итого | | | | 810,00 | 62,60 | 747,40 | 29,39 | 19,84 | 112,02 |

* 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 № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена рыбы может производиться в соответствии с таблицей на мясо говядины.

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

** Сборник рецептур блюд и кулинарных рецептов под ред.Здобнова А.И. 2017

Зав.производства(буфетчик) Арт. Деметриева И.А.

Ответственный по питанию С. Солонова Е.Ю.