



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 30.01.2023
для учащихся 1-4 класс

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром пр	14	Масло сливочное	10	9,39	66,00	0,14	7,25	0,10	
	пром пр	15	Сыр Российский	10	10,22	36,20	2,30	2,00	0,00	
	гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса 200/10/10	220	27,07	299,00	5,81	9,00	48,70	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,98	56,50	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	46,40	1,12	0,00	9,88	
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	10,19	61,10	0,51	0,51	11,44	
итого				635,00	62,60	647,40	13,47	20,16	96,92	
обед	1 блюдо	88	Суп картофельный с горохом	250	7,10	162,00	5,25	5,27	23,30	
	2блюдо****	279	Тефтели из говядины 60/50	110	38,97	194,00	8,50	13,60	9,41	
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,33	197,00	5,55	4,20	34,20	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,20	3,21	1,40	13,10	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,62	46,20	1,12	0,22	9,88	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,41	57,50	0,44	0,00	14,00	
	итого				782	62,60	738,90	24,07	24,69	103,89

* 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. Деминкина И.А.

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