



Меню на 31.01.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром пр	14	Масло сливочное	10	4,70	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. блюдо	ТТК №234	Котлета рыбная из минтая с соусом 70/30	100	28,7	153,00	11,10	6,90	11,80
		312	Пюре картофельное	150	14,98	150,00	3,14	5,89	21,20
	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
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	10,07	61,10	0,52	0,52	11,44
	итого				635,00	62,60	569,00	18,45	21,96
обед	1блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,98	110,00	1,69	4,91	14,80
	2блюдо	288	Птица отварная в соусе 70/30	100	33,17	157,00	16,90	8,60	3,00
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,72	242,00	8,57	5,90	38,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,90	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	23	1,85	53,36	1,29	0,25	11,4
	гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,98	56,50	0,38	0,00	13,70
	итого				768,00	62,60	701,06	32,04	21,06

* 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

Зав.производства(буфетчик) А.А. Носиенко И.И.

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