



Меню на 31.03.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	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	
		15	Сыр Российский	10	10,56	47,6	2,99	2,6	0,00	
	пром.произв	209	Яйцо отварное	40	12,00	62,8	5,08	4,6	0,28	
		377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,28	57,80	0,44	0,00	14,00	
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес" 200/10/10	220	15,38	331,00	8,24	12,20	47,00	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,12	82,2	3,21	1,4	13,1	
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	9,87	61,1	0,52	0,52	11,44	
	итого			662	62,60	708,70	20,58	28,57	85,96	
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с пшеничной крупой	250	10,48	134,00	2,00	5,10	20,00	
		294	Котлета рубленая из филе птицы с соусом томатным 70/30	100	30,92	176,00	11,70	9,20	11,70	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,39	242,00	8,57	5,90	38,70	
			Хлеб пшеничный	30	2,33	82,2	3,21	1,4	13,1	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,48	46,40	1,12	0,22	9,88	
	сл.блюдо	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,50	0,38	0,00	13,70	
		итого			775	62,60	737,10	26,98	21,82	107,08

- * 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
- *Свежие фрукты и овощи могут меняться в соответствии с сезонностью
- ** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена яйцо куриное(1шт) может производиться в соответствии с таблицей

зав.уч. *Ирина Александровна Демидова И.А.*
 Ответственный по питанию *С.Ю. Солопова С.Ю.*