

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 04.10.23

Согласовано
Директор школы № 124

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Сыр порционно	20	71,0	4,6	5,8	0	0
Индейка с булгуром	200	342,0	12,2	14,2	41,2	3,4
Кисломолочный напиток "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	85,20	599,0	21,8	23,8	73,6	6,1
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	15/250	87,0	5,4	3,8	7,7	0,6
Запеканка картофельная с мясом тушеным	200	298,0	14,6	16,9	21,7	1,8
Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	4,0	0,2	0	0,8	0,1
Сок фруктовый	200	90,0	0	0	22,4	1,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
Стоимость рациона	102,24	607,6	24,2	21,5	78,8	6,6
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка домашняя	50	160,0	3,6	5,7	23,6	1,9
Стоимость рациона	39,41	280,0	9,6	12,1	33,0	2,7

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Директор по производству
Корнева

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.10.23

Согласовано

Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Сыр порционно	20	71,0	4,6	5,8	0	0
Индейка с булгуром	200	342,0	12,2	14,2	41,2	3,4
Кисломолочный напиток "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	85,20	599,0	21,8	23,8	73,6	6,1
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	15/250	87,0	5,4	3,8	7,7	0,6
Запеканка картофельная с мясом тушеным	200	298,0	14,6	16,9	21,7	1,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	4,0	0,2	0	0,8	0,1
Сок фруктовый	200	90,0	0	0	22,4	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
Стоимость рациона	102,24	607,6	24,2	21,5	78,8	6,6
Полдник(льготный+платный)						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка домашняя	50	160,0	3,6	5,7	23,6	1,9
Стоимость рациона	39,41	280,0	9,6	12,1	33,0	2,7

Инженер-техн
Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Директор по
производству
Корнева

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.10.23

Согласовано

Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)						
Сыр порционно	20	71,0	4,6	5,8	0	0
Индейка с булгуром	200	342,0	12,2	14,2	41,2	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	50	7,0	0,4	0,05	1,3	0,1
Я б л о к о	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,7	19,4	1,6
Стоимость рациона	85,20	609,2	20,6	21,4	83,8	6,9
Обед 5-11 класс(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	15/250	87,0	5,4	3,8	7,7	0,6
Запеканка картофельная с мясом тушеным	200	298,0	14,6	16,9	21,7	1,8
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,6
Стоимость рациона	102,24	594,0	24,8	21,9	74,1	6,1
Полдник 5-11 класс (льготный+платный)						
Напиток клюквенный	200	65,0	0,1	0,1	15,9	1,3
Хачапури	95	284,0	12,2	14,4	26,4	2,2
Стоимость рациона	39,41	349,0	12,3	14,5	42,3	3,5

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Директор по
производству
Корнева


* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Сыр порционно	13,10	20	71,0	4,6	5,8	0	0
<i>Первые блюда</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	28,13	15/250	87,0	5,4	3,8	7,7	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Индейка с булгуром	49,28	200	342,0	12,2	14,2	41,2	3,4
Запеканка картофельная с мясом тушеным	63,23	200	298,0	14,6	16,9	21,7	1,8
<i>Гарниры</i>							
Огурцы свежие (доп. гарнир)	7,56	50	7,0	0,4	0,05	1,3	0,1
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,45	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Сок фруктовый	14,40	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,9
Компот из яблок	4,74	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А. 

Калькулятор
Мальшева Г.А. 

Директор по
производству 

* -+R[-34]C:RC[12] Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.