

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 20.10.23

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)						
Масло сливочное порционно 1/15	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	44	123,2	3,5	0,9	25,2	2,1
Стоимость рациона		670,2	22,6	28,1	80,9	6,6
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	50	163,0	5,2	2,5	30,0	2,5
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,8	1,2
Стоимость рациона		630,8	26,6	16,7	93,7	7,8
Полдник(льготный+платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	204	76,5	3,1	2,9	9,7	0,8
Сдоба обыкновенная	60	191,0	4,9	3,0	35,9	3,0
Стоимость рациона		267,5	8,0	5,9	45,6	3,8

Инженер-техн

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 20.10.23

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*	
Завтрак 1-4 класс							
Масло сливочное порционно 1/15	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0	
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4	
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4	
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8	
Яблоко	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9	
Батон витаминный с микронутриентами	44	123,2	3,5	0,9	25,2	2,1	
Стоимость рациона		85,20	670,2	22,6	28,1	80,9	6,6
Обед 1-4 класс							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6	
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6	
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	50	163,0	5,2	2,5	30,0	2,5	
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0	
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9	
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,8	1,2	
Стоимость рациона		102,24	630,8	26,6	16,7	93,7	7,8
Полдник							
Йогурт фруктовый питьевой	204	76,5	3,1	2,9	9,7	0,8	
Сдоба обыкновенная	60	191,0	4,9	3,0	35,9	3,0	
Стоимость рациона		39,41	267,5	8,0	5,9	45,6	3,8

Инженер-техно

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 20.10.23

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)							
Масло сливочное порционно 1/15	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0	
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8	
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8	
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2	
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8	
Батон витаминный с микронутриентами	37	103,6	3,0	0,7	21,2	1,8	
Стоимость рациона		85,20	689,6	22,3	32,1	77,9	6,4
Обед 5-11 класс (льготный+платный)							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6	
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6	
Огурцы свежие (доп.гарнир)	50	7,0	0,4	0,1	1,3	0,1	
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0	
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9	
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4	
Стоимость рациона		102,24	483,2	22,0	14,4	66,8	5,6
Полдник 5-11 класс (льготный+платный)							
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1	
Пирожок печеный сдобный с мясом, луком	80	208,0	10,3	9,9	19,4	1,6	
Стоимость рациона		39,41	312,0	11,0	10,2	44,0	3,7

Инженер-техно

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.



Наименование блюд	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Примерное количество
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное порционно 1/15	11,39	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
<i>Первые блюда</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	21,16	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная	56,24	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Биточки домашние	42,83	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Жаркое по-домашнему	60,22	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	12,07	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	7,56	50	7,0	0,4	0,1	1,3	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	10,62	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	21,20	50	163,0	5,2	2,5	30,0	2,5
<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
Компот из ягод	7,92	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
<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.