

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.10.23

Согласовано
Директор школы № 124



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,2
Омлет натуральный	150	199,0	13,9	14,4	3,4	0,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	9,0	0,4	0,1	1,3	0,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Г р у ш а	1шт	92,0	0,8	0,6	20,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
Стоимость рациона	85,20	606,0	20,4	26,5	70,6	5,8
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	10/260	133,0	5,7	5,5	15,2	1,3
Соте из индейки с овощами	200	211,0	13,0	10,3	16,4	1,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	80	12,0	0,6	0,08	2,0	0,1
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Я б л о к о	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,7	19,4	1,6
Стоимость рациона	102,24	661,2	25,0	17,7	100,2	8,3
Полдник(льготный+платный)						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
Стоимость рациона	39,41	528,0	26,6	20,3	59,5	4,9

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 10.10.23

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,2
Омлет натуральный	150	199,0	13,9	14,4	3,4	0,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	9,0	0,4	0,1	1,3	0,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Г р у ш а	1шт	92,0	0,8	0,6	20,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
Стоимость рациона	85,20	606,0	20,4	26,5	70,6	5,8
Обед 1-4 класс						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	10/260	133,0	5,7	5,5	15,2	1,3
Соте из индейки с овощами	200	211,0	13,0	10,3	16,4	1,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	80	12,0	0,6	0,08	2,0	0,1
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Я б л о к о	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,7	19,4	1,6
Стоимость рациона	102,24	661,2	25,0	17,7	100,2	8,3
Полдник						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
Стоимость рациона	39,41	528,0	26,6	20,3	59,5	4,9

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.

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Холодные закуски							
Масло шоколадное	10,08	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,2
Первые блюда							
Борщ "Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	27,38	10/260	133,0	5,7	5,5	15,2	1,3
Вторые блюда							
Омлет натуральный	35,11	150	199,0	13,9	14,4	3,4	1,3
Соте из индейки	52,47	200	211,0	13,0	10,3	16,4	1,4
Гарниры							
Помидоры свежие (доп.гарнир)	5,31	35	9,0	0,4	0,1	1,3	0,1
Огурцы свежие (доп.гарнир)	12,10	80	12,0	0,6	0,08	2,0	0,1
Напитки							
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
Кофейный напиток витаминизированный	8,26	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Напиток из шиповника	7,85	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб							
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.