

Меню учителя на 16 СЕНТЯБРЯ 24г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	9,75	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Первые блюда							
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	25,54	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Вторые блюда							
Азу из говядины	65,52	200	234,0	10,4	11,9	21,3	1,8
Запеканка из творога со сгущенным молоком	73,05	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,2
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	68,94	100	178,0	15,6	11,6	2,7	0,2
Гарниры							
Рожки отварные	10,28	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	15,85	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Напитки							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,67	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

Малышева Г.А.

] 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 16.09.24

Согласовано
Директор школы № 12

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,9	1,6
Стоимость рациона	91,33	684,4	29,0	27,5	80,2	6,6
Обед 1-4 класс						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Азу из говядины	200	234,0	10,4	11,9	21,3	1,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	51	143,0	4,0	1,0	29,2	2,4
Стоимость рациона	109,60	642,0	22,8	17,3	91,2	7,6

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева Г.А.

* - 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 16.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Бефстроганов из индейки в сыром соусе	100	178,0	15,6	11,6	2,7	0,2
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	4,0	0,2	0,1	0,7	0,06
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
Стоимость рациона	91,33	519,0	24,9	18,1	64,2	5,3
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Азу из говядины	200	234,0	10,4	11,9	21,3	1,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	25	5,0	0,2	0,1	0,7	0,05
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	109,60	559,0	20,2	16,8	74,3	6,2
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Пицца сырная	100	353,0	14,4	17,1	35,3	2,9
Стоимость рациона	42,25	457,0	15,1	17,4	59,9	5,0

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - 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 16.09.24

Согласовано

Директор школы № 16

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,9	1,6
Стоимость рациона	91,33	684,4	29,0	27,5	80,2	6,6
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,1
Азу из говядины	200	234,0	10,4	11,9	21,3	1,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	51	143,0	4,0	1,0	29,2	2,4
Стоимость рациона	109,60	642,0	22,8	17,3	91,2	7,6
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Сдоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	2,4
Стоимость рациона	42,25	285,0	10,1	9,7	39,3	3,2

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - 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.