

Меню учителя на 23 СЕНТЯБРЯ 24г

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,75	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Первые блюда							
Суп с вермишлей и картофелем с мясом, зеленью	25,54	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Вторые блюда							
Каша молочная рисовая с маслом	20,86	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	2,5
Отбивная из филе индейки	77,72	100	271,0	20,0	15,5	12,5	12,0
Гуляш из говядины	63,30	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Гарниры							
Пюре картофельное	21,80	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Рожки отварные	10,28	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
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
Кофейный напиток витаминизированный	10,37	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Компот из яблок	6,84	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р

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 23.09.24

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Отбивная из филе индейки	100	271,0	20,0	15,5	12,5	1,0
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	0,8
Стоимость рациона	91,33	572,0	28,1	21,8	66,1	5,4
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
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
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, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	0,8
Стоимость рациона	109,60	534,0	18,4	20,8	65,8	5,5
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сок фруктовый	201	90,4	0,0	0,0	22,5	1,9
Х а ч а п у р и	100	298,0	12,8	15,0	27,8	2,3
Стоимость рациона	42,25	388,4	12,8	15,0	50,3	4,2

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.09.24

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Каша молочная рисовая с маслом	200/8	225,0	5,3	9,2	30,0	2,5
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Груша	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	1,7
Батон,обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0
Стоимость рациона	91,33	559,0	10,7	19,6	85,2	7,1
Обед 1-4 класс						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
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,обогащенный йодоказеином	27	65,0	1,8	0,6	13,5	1,1
Стоимость рациона	109,60	529,0	18,1	19,8	66,9	5,6

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева ГА

* - 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 23.09.24

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	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Каша молочная рисовая с маслом	200/8	225,0	5,3	9,2	30,0	2,5
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Г р у ш а	1 шт	90,0	0,8	0,6	20,1	1,7
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0
Стоимость рациона	91,33	559,0	10,7	19,6	85,2	7,1
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
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, обогащенный йодоказеином	27	65,0	1,8	0,6	13,5	1,1
Стоимость рациона	109,60	529,0	18,1	19,8	66,9	5,6
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	2,5
Стоимость рациона	42,25	285,0	10,1	9,7	39,3	3,3

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.