

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.10.22

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Протеиновое количество (г)	Хлебные единицы
<b>Завтрак 1-4 класс</b>							
Сыр порционнo	25	84,0	6,7	6,3	0	0	
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0	
Омлет натуральный	150	199,0	13,9	14,4	3,4	0,3	
Горошек зеленый консервированный ( доп.гарнир)	35	14,0	1,2	0,07	2,3	0,2	
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8	
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2	
Батон витаминный с микронутриентами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>	<b>664,4</b>	<b>29,4</b>	<b>32,6</b>	<b>63,3</b>	<b>5,3</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>							
Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9	
Гуляш из говядины	100	138,0	9,6	9,6	3,5	0,3	
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3	
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	50	7,0	0,4	0,05	1,3	0,1	
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0	
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,5	1,8	0,3	10,8	0,9	
Батон витаминный с микронутриентами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>	<b>674,1</b>	<b>25,7</b>	<b>21,8</b>	<b>93,7</b>	<b>7,8</b>
<b>Полдник</b>							
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8	
Пирожок печеный сдобный с яблоками	90	190,0	4,3	4,8	32,1	2,7	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>37,00</b>	<b>310,0</b>	<b>10,3</b>	<b>11,2</b>	<b>41,5</b>	<b>3,5</b>

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.

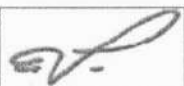
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.10.22

Согласовано  
Директор школы № 18



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц	
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный+платный)</b>							
Сыр порционно	25	84,0	6,7	6,3	0	0	
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0	
Омлет натуральный	150	199,0	13,9	14,4	3,4	0,3	
Горошек зеленый консервированный ( доп.гарнир)	35	14,0	1,2	0,07	2,3	0,2	
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8	
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2	
Батон витаминный с микронутриентами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>80,00</b>	<b>664,4</b>	<b>29,4</b>	<b>32,6</b>	<b>63,3</b>	<b>5,3</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный+платный)</b>							
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9	
Гуляш из говядины	100	138,0	9,6	9,6	3,5	0,3	
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3	
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	50	7,0	0,4	0,05	1,3	0,1	
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0	
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,5	1,8	0,3	10,8	0,9	
Батон витаминный с микронутриентами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>	<b>674,1</b>	<b>25,7</b>	<b>21,8</b>	<b>93,7</b>	<b>7,8</b>
<b>Полдник</b>							
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8	
Пирожок печеный сдобный с яблоками	90	190,0	4,3	4,8	32,1	2,7	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>37,00</b>	<b>310,0</b>	<b>10,3</b>	<b>11,2</b>	<b>41,5</b>	<b>3,5</b>

Инженер-техн  
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 10.10.22

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Пр. зерно кол-во
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Сыр порционно	13	47,0	3,0	3,8	0	0
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Омлет натуральный	200	266,0	18,6	19,2	4,6	0,4
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>585,4</b>	<b>27,8</b>	<b>34,0</b>	<b>41,8</b>	<b>3,5</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
Гуляш из говядины	100	138,0	9,6	9,6	3,5	0,3
Вермишель отварная	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
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,8	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>690,3</b>	<b>26,3</b>	<b>22,5</b>	<b>95,5</b>	<b>7,9</b>

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.