

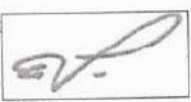
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.10.22

Согласовано  
Директор



| Наименование блюда                        | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Прочие нутриенты |
|---|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                  |              |                    |             |             |             |                  |
| Сыр порционно                             | 15           | 53,0               | 3,5         | 4,4         | 0           | 0                |
| Биточки домашние с маслом                 | 100/5        | 226,0              | 13,9        | 14,5        | 10,1        | 0,8              |
| Пюре картофельное                         | 150          | 108,0              | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,0              |
| Какао с молоком                           | 200          | 128,0              | 3,9         | 3,1         | 21,1        | 1,8              |
| Яблоко                                    | 1шт          | 67,0               | 0,6         | 0,6         | 14,7        | 1,2              |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 28           | 78,4               | 2,2         | 0,6         | 16,0        | 1,3              |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>96,00</b> | <b>660,4</b>       | <b>27,2</b> | <b>28,4</b> | <b>74,0</b> | <b>6,1</b>       |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                     |              |                    |             |             |             |                  |
| Суп "Калейдоскоп" с куриным филе, зеленью | 10/250       | 100,0              | 5,3         | 3,8         | 11,2        | 0,9              |
| Рыба запеченная                           | 90           | 123,0              | 13,1        | 5,9         | 4,3         | 0,4              |
| Рис отварной                              | 150          | 185,0              | 3,7         | 6,3         | 28,5        | 2,4              |
| Помидоры свежие (доп.гарнир)              | 25           | 5,0                | 0,3         | 0,05        | 1,0         | 0,08             |
| Чай с лимоном                             | 200/7        | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 0,8              |
| Хлеб полезный с микронутриентами          | 26           | 55,0               | 1,8         | 0,3         | 11,2        | 0,9              |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 32           | 89,6               | 2,6         | 0,6         | 18,2        | 1,5              |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>96,00</b> | <b>600,6</b>       | <b>27,1</b> | <b>17,1</b> | <b>84,7</b> | <b>7,0</b>       |
| <b>Полдник</b>                            |              |                    |             |             |             |                  |
| Кисломолочный напиток "Снежок"            | 200          | 156,0              | 5,6         | 5,0         | 22,0        | 1,8              |
| Булочка обсыпная с творогом               | 60           | 167,0              | 7,1         | 6,3         | 20,6        | 1,7              |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>37,00</b> | <b>323,0</b>       | <b>12,7</b> | <b>11,3</b> | <b>42,6</b> | <b>3,5</b>       |

Инженер-технолог  
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 18.10.22

Согласовано:  
Директор школы № 10



| Наименование блюда                          | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлеба |
|---|-----------|--------------------|-------------|-------------|-------------|----------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный+платный)</b> |           |                    |             |             |             |                            |
| Сыр порционно                               | 15        | 53,0               | 3,5         | 4,4         | 0           | 0                          |
| Биточки домашние с маслом                   | 100/5     | 226,0              | 13,9        | 14,5        | 10,1        | 0,8                        |
| Пюре картофельное                           | 150       | 108,0              | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,0                        |
| Какао с молоком                             | 200       | 128,0              | 3,9         | 3,1         | 21,1        | 1,8                        |
| Яблоко                                      | 1шт       | 67,0               | 0,6         | 0,6         | 14,7        | 1,2                        |
| Батон витаминный с микронутриентами         | 28        | 78,4               | 2,2         | 0,6         | 16,0        | 1,3                        |
| <b>Стоимость рациона</b>                    |           | <b>660,4</b>       | <b>27,2</b> | <b>28,4</b> | <b>74,0</b> | <b>6,1</b>                 |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный+платный)</b>    |           |                    |             |             |             |                            |
| Суп "Калейдоскоп" с куриным филе, зеленью   | 10/250    | 100,0              | 5,3         | 3,8         | 11,2        | 0,9                        |
| Рыба запеченная                             | 90        | 123,0              | 13,1        | 5,9         | 4,3         | 0,4                        |
| Рис отварной                                | 150       | 185,0              | 3,7         | 6,3         | 28,5        | 2,4                        |
| Помидоры свежие (доп. гарнир)               | 25        | 5,0                | 0,3         | 0,05        | 1,0         | 0,08                       |
| Чай с лимоном                               | 200/7     | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 0,8                        |
| Хлеб полезный с микронутриентами            | 26        | 55,0               | 1,8         | 0,3         | 11,2        | 0,9                        |
| Батон витаминный с микронутриентами         | 32        | 89,6               | 2,6         | 0,6         | 18,2        | 1,5                        |
| <b>Стоимость рациона</b>                    |           | <b>600,6</b>       | <b>27,1</b> | <b>17,1</b> | <b>84,7</b> | <b>7,0</b>                 |
| <b>Полдник</b>                              |           |                    |             |             |             |                            |
| Кисломолочный напиток "Снежок"              | 200       | 156,0              | 5,6         | 5,0         | 22,0        | 1,8                        |
| Булочка обсыпанная с творогом               | 60        | 167,0              | 7,1         | 6,3         | 20,6        | 1,7                        |
| <b>Стоимость рациона</b>                    |           | <b>323,0</b>       | <b>12,7</b> | <b>11,3</b> | <b>42,6</b> | <b>3,5</b>                 |

Инженер-техник  
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 18.10.22

Согласовано  
Директор



| Наименование блюда                           | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Приблизительное количество хлебных единиц |
|--|-----------|--------------------|-------------|-------------|-------------|---|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b> |           |                    |             |             |             |   |
| Масло сливочное                              | 10        | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0   |
| Биточки домашние                             | 100       | 188,0              | 11,4        | 11,4        | 10,1        | 0,8                                       |
| Макаронные изделия отварные                  | 180       | 212,0              | 6,5         | 5,7         | 33,5        | 2,8                                       |
| Овощи свежие (доп. гарнир)                   | 20        | 3,0                | 0,2         | 0,02        | 0,5         | 0,04                                      |
| Какао с молоком                              | 200       | 128,0              | 3,9         | 3,1         | 21,1        | 1,8                                       |
| Батон витаминный с микроэлементами           | 33        | 92,4               | 2,6         | 0,7         | 18,8        | 1,6                                       |
| <b>Стоимость рациона</b>                     |           | <b>689,4</b>       | <b>24,7</b> | <b>28,2</b> | <b>84,1</b> | <b>7,0</b>                                |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>    |           |                    |             |             |             |   |
| Суп "Калейдоскоп" с куриным филе, зеленью    | 10/250    | 100,0              | 5,3         | 3,8         | 11,2        | 0,9                                       |
| Рыба запеченная                              | 90        | 123,0              | 13,1        | 5,9         | 4,3         | 0,4                                       |
| Рис отварной                                 | 180       | 220,0              | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 2,8                                       |
| Чай с лимоном                                | 200/7     | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 0,8                                       |
| Хлеб полезный с микроэлементами              | 25        | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                       |
| Батон витаминный с микроэлементами           | 25        | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3        | 1,2                                       |
| <b>Стоимость рациона</b>                     |           | <b>609,0</b>       | <b>26,9</b> | <b>18,1</b> | <b>84,6</b> | <b>7,0</b>                                |

Инженер-технолог

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.