

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.05.23

Согласовано  
Директор школы № 10



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,01
Сыр порционно	30	109,0	6,9	8,5	0	0
Каша молочная пшенная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,4
Йогурт "Растиска" 0,110	1шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Яблоко	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микроэлементами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>794,4</b>	<b>23,5</b>	<b>33,1</b>	<b>99,2</b>	<b>8,2</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Рассольник ленинградский с перловой крупой, сметаной, зеленью	260	135,0	2,2	6,5	16,8	1,4
Мясо с овощами	200	223,0	12,6	12,0	16,1	1,3
Огурцы свежие (доп. гарнир)	35	5,0	0,2	0,03	0,9	0,1
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	42	117,6	2,4	0,8	23,9	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>601,6</b>	<b>19,7</b>	<b>19,7</b>	<b>84,6</b>	<b>7,1</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка московская	60	170,0	4,6	4,7	27,3	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>290,0</b>	<b>10,6</b>	<b>11,1</b>	<b>36,7</b>	<b>3,1</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 22.05.23

Согласовано  
Директор школы № 10



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный+платный)</b>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционно	25	88,0	5,7	7,3	0	0,4
Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Апельсин	1шт	76,0	1,8	0,4	16,2	1,4
Батон витаминный с микроэлементами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>631,0</b>	<b>18,7</b>	<b>24,6</b>	<b>83,7</b>	<b>7,0</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Рассольник ленинградский с перловой крупой, сметаной, зеленью	260	135,0	2,2	6,5	16,8	1,4
Мясо с овощами	200	223,0	12,6	12,0	16,1	1,3
Чай с лимоном	200/10	43,0	0,3	0,1	10,4	0,9
Хлеб полезный с микроэлементами	31	65,1	2,2	0,3	13,3	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>572,5</b>	<b>20,3</b>	<b>19,7</b>	<b>78,3</b>	<b>6,5</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка московская	60	170,0	4,6	4,7	27,3	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>290,0</b>	<b>10,6</b>	<b>11,1</b>	<b>36,7</b>	<b>3,1</b>

Инженер-техник

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 22.05.23

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционно	25	88,0	5,7	7,3	0	0
Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Апельсин	1шт	76,0	1,8	0,4	16,2	1,4
Батон витаминный с микроэлементами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>18,7</b>	<b>24,6</b>	<b>83,7</b>	<b>7,0</b>
<b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Рассольник ленинградский с перловой крупой, сметаной, зеленью	260	135,0	2,2	6,5	16,8	1,4
Мясо с овощами	200	223,0	12,6	12,0	16,1	1,3
Чай с лимоном	200/10	43,0	0,3	0,1	10,4	0,9
Хлеб полезный с микроэлементами	31	65,1	2,2	0,3	13,3	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>20,3</b>	<b>19,7</b>	<b>78,3</b>	<b>6,5</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.