

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.09.23

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное порционно 1/15	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Я б л о к о	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	85,20	781,0	21,8	36,6	91,4	7,5
Обед 1-4 класс						
Бульон с куриным филе, гречками , зеленью	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гарнир)	45	46,0	0,7	2,3	5,5	0,4
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,9	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
Стоимость рациона	102,24	602,7	29,8	13,7	89,6	7,4
Полдник 1-4 класс						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
Стоимость рациона	39,41	528,0	26,6	20,3	59,5	4,9

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.09.23

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 порционно 1/15						
Сыр порционно	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Бифштекс домашний	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Вермишель отварная	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Я б л о к о	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Чай с сахаром	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Стоимость рациона	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
		85,20				
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Бульон с куриным филе, гренокми , зеленью	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гарнир)	45	46,0	0,7	2,3	5,5	0,4
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,9	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
Стоимость рациона		602,7	29,8	13,7	89,6	7,4
		102,24				
Полдник 1-4 класс(льготный+платный)						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
Стоимость рациона		528,0	26,6	20,3	59,5	4,9
		39,41				

Инженер-техно
Логолярова Е.А.

Калькулятор

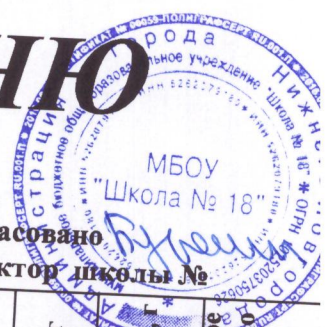
Мальшева Г.А.

Директор по
производству
Корнева

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.09.23

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)						
Масло сливочное порционно 1/15						
Индейка с булгуром	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	200	350,0	12,8	15,5	39,8	3,3
Я б л о к о	30	6,0	0,3	0,1	1,1	0,09
Чай с сахаром	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Стоимость рациона	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
		85,20				
Обед 5-11 класс (льготный+платный)						
Бульон с куриным филе, гренками , зеленью						
	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
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		549,0	28,8	11,4	82,6	6,9
		102,24				
Полдник 5-11класс (льготный+платный)						
Компот из свежих яблок						
	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Пицца " Школьная "	100	274,0	13,5	10,4	31,5	2,6
Стоимость рациона		332,0	13,7	10,6	45,4	3,8
		39,41				

Инженер-техно
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.