

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.12.23

Согласовано
Директор школы № 10



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Бутерброд горячий с сыром | 45 | 173,0 | 7,2 | 11,0 | 11,5 | 0,9 |
| Каша молочная рисовая с маслом | 200/5 | 205,0 | 5,3 | 7,0 | 30,0 | 2,5 |
| Пюре фруктовое 1/90 | 1шт | 60,0 | 0 | 0 | 15,0 | 1,3 |
| Чай с лимоном | 200/15 | 44,0 | 0,3 | 0,1 | 10,5 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 26 | 72,8 | 2,1 | 0,5 | 14,9 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 554,8 | 14,9 | 18,6 | 81,9 | 6,8 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью | 10/260 | 135,0 | 4,7 | 5,4 | 16,8 | 1,4 |
| Рагу из говядины | 200 | 224,0 | 12,5 | 12,0 | 16,5 | 1,4 |
| Компот из груши | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,2 |
| Я б л о к о | 1шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 27 | 57,2 | 1,9 | 0,3 | 11,7 | 0,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 602,2 | 21,8 | 18,8 | 86,0 | 7,2 |
| Полдник | | | | | | |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 120,0 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Пирожок печеный сдобный с картофелем и луком | 80 | 159,0 | 4,5 | 5,8 | 22,3 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 279,0 | 10,5 | 12,2 | 31,7 | 2,6 |

Инженер-техно

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 25.12.23



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорий- ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|---|
| Завтрак 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Бутерброд горячий с сыром | 45 | 173,0 | 7,2 | 11,0 | 11,5 | 0,9 |
| Каша молочная рисовая с маслом | 200/5 | 205,0 | 5,3 | 7,0 | 30,0 | 2,5 |
| Пюре фруктовое 1/90 | 1шт | 60,0 | 0 | 0 | 15,0 | 1,3 |
| Чай с лимоном | 200/15 | 44,0 | 0,3 | 0,1 | 10,5 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 26 | 72,8 | 2,1 | 0,5 | 14,9 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 554,8 | 14,9 | 18,6 | 81,9 | 6,8 |
| Обед 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью | 10/260 | 135,0 | 4,7 | 5,4 | 16,8 | 1,4 |
| Рагу из говядины | 200 | 224,0 | 12,5 | 12,0 | 16,5 | 1,4 |
| Компот из груши | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,2 |
| Я б л о к о | 1шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 27 | 57,2 | 1,9 | 0,3 | 11,7 | 0,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 602,2 | 21,8 | 18,8 | 86,0 | 7,2 |
| Полдник(льготный+платный) | | | | | | |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 120,0 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Пирожок печеный сдобный с картофелем и луком | 80 | 159,0 | 4,5 | 5,8 | 22,3 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 279,0 | 10,5 | 12,2 | 31,7 | 2,6 |

Инженер-техно

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 25.12.23

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 | 15 | 99,0 | 0,2 | 10,9 | 0,2 | 0,01 |
| Плов из говядины | 200 | 322,0 | 14,0 | 13,7 | 35,6 | 2,9 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 43,0 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 0,9 |
| Я б л о к о | 1шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 592,0 | 17,0 | 25,7 | 73,1 | 6,1 |
| Обед 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью | 10/260 | 135,0 | 4,7 | 5,4 | 16,8 | 1,4 |
| Рагу из говядины | 200 | 224,0 | 12,5 | 12,0 | 16,5 | 1,4 |
| Огурцы консервированные (доп.гарнир) | 40 | 6,0 | 0,4 | 0,0 | 1,2 | 0,1 |
| Компот из груши | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 45 | 95,4 | 3,2 | 0,5 | 19,4 | 1,6 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 45 | 126,0 | 3,6 | 0,9 | 25,7 | 2,1 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 644,4 | 24,6 | 18,9 | 93,7 | 7,8 |
| Полдник 5-11 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| Я б л о к о | 1шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| Х а ч а п у р и | 80 | 238,0 | 10,3 | 12,1 | 22,2 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 400,0 | 11,5 | 12,9 | 59,5 | 5,0 |

Инженер-техно

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.