

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.09.2021

Согласовано \_\_\_\_\_  
 Для \_\_\_\_\_  
 Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак платн+льготн</b>						
Бутерброд горячий с колбасой вареной,сыром	55	182	8,9	10,1	14,0	1,2
Каша молочная из овсяных хлопьев"Геркулес" с маслом	200/5	217	6,3	8,7	28,4	2,4
Смузи-коктейль фруктовое	1шт	130	1,5	0,0	31,0	2,6
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25,0	2
Батон витаминный с микроэлементами	35	98	2,8	0,7	20,0	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>752,0</b>	<b>21,8</b>	<b>21,3</b>	<b>118,4</b>	<b>9,9</b>
<b>Обед платн+льготн</b>						
Рассольник ленинградский с перловой крупой,мясом,сметаной,зеленью	10/260	141	6,0	5,6	17,5	1,4
Плов из говядины	200	309	14,7	9,8	36,7	3,0
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микроэлементами	21	44	1,5	0,2	9,0	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>577,0</b>	<b>22,8</b>	<b>15,6</b>	<b>84,1</b>	<b>7,0</b>
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток " Снежок"	209	156	5,6	5	22,0	1,8
Хачапури	60	190	8,4	8,4	16,7	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>346,0</b>	<b>14,0</b>	<b>13,4</b>	<b>38,7</b>	<b>3,2</b>

Инженер-техн  
 Столярова Е.А. 

Калькулятор  
 Малышева Г.А. 

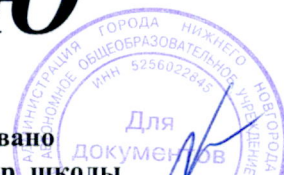
Директор по  
 производству  
 Корнева 

\* - 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 20.09.2021

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак Указ Президента</b>						
Бутерброд горячий с колбасой вареной,сыром	55	182	8,9	10,1	14,0	1,2
Каша молочная из овсяных хлопьев"Геркулес" с маслом	200/5	217	6,3	8,7	28,4	2,4
Смузи-коктейль фруктовое	1шт	130	1,5	0,0	31,0	2,6
Чай с ахаром,лимоном	200/7	125	0,3	0,1	10,3	1
Груша	1шт	80	0,7	0,6	17,6	1,5
Батон витаминный с микронутриентами	26	44	2,1	0,5	14,8	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>778,0</b>	<b>19,8</b>	<b>20,0</b>	<b>136,1</b>	<b>11,3</b>
<b>Обед Указ Президента</b>						
Рассольник ленинградский с перловой крупой,мясом,сметаной,зеленью	10/260	141	6,0	5,6	17,5	1,4
Плов из говядины	200	309	14,7	9,8	36,7	3,0
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63	2	0,3	12,9	1
Батон витаминный с микронутриентами	34	95	2,7	0,7	19,4	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>705,0</b>	<b>26,7</b>	<b>16,5</b>	<b>109,7</b>	<b>8,9</b>
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток " Снежок"	209	156	5,6	5	22,0	1,8
Хачапури	60	190	8,4	8,4	16,7	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>346,0</b>	<b>14,0</b>	<b>13,4</b>	<b>38,7</b>	<b>3,2</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 21.09.2021

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Биточки домашние	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Вермишель отварная	150	183	5,5	4,2	28,5	2,4
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	30	4	0,2	0,0	0,8	0,1
Компот из вишни	200	56	0,2	0,1	13,2	1
Пюре фруктовое	1шт	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	23	64	1,8	0,5	13,1	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>578,0</b>	<b>22,2</b>	<b>15,8</b>	<b>81,9</b>	<b>6,8</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81	4,7	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	90	179	17,1	10,0	4,4	0,3
Пюре картофельное	150	138	3,1	5,4	12,1	1,0
Чай с лимоном, сахаром	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63	2	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>705,0</b>	<b>26,7</b>	<b>16,5</b>	<b>64,5</b>	<b>5,3</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное	1шт	120	6,0	6	9,4	0,8
Плюшка с маком	70	260	6,5	7,3	34,9	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>380,0</b>	<b>12,5</b>	<b>13,3</b>	<b>44,3</b>	<b>3,7</b>

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Малышева Г.А.

Директор по производству  
Корнева

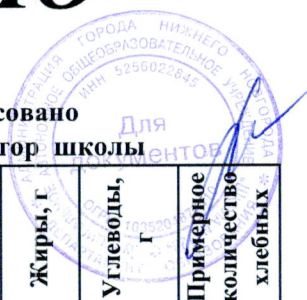
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.09.2021

Согласовано

Для  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак 1-4 кл.(льготный/платный)</b>						
Биточки домашние	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Вермишель отварная	150	183	5,5	4,2	28,5	2,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0,0	0	28,0	2
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>647,0</b>	<b>22,9</b>	<b>16,3</b>	<b>96,6</b>	<b>8,0</b>
<b>Обед 1-4 кл.(льготный/платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	10/250	81	4,7	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	90	179	17,1	10,0	4,4	0,3
Пюре картофельное	150	138	3,1	5,4	12,1	1,0
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63	2,1	0,3	12,9	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>502,0</b>	<b>27,2</b>	<b>18,8</b>	<b>47,2</b>	<b>3,9</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное	1шт	120	6,0	6	9,4	0,8
Плюшка с маком	70	260	6,5	7,3	34,9	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>380,0</b>	<b>12,5</b>	<b>13,3</b>	<b>44,3</b>	<b>3,7</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 21.09.2021

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак 5-1 кл. (льготный/платный)</b>						
Биточки домашние	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Вермишель отварная	150	183	5,5	4,2	28,5	2,4
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	0,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0,0	0,0	28,0	2
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>647,0</b>	<b>22,9</b>	<b>16,3</b>	<b>96,6</b>	<b>8,0</b>
<b>Обед 5-1 кл. (льготный/платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81	4,7	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	90	179	17,1	10,0	4,4	0,4
Пюре картофельное	150	138	3,1	5,4	12,1	1,0
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63	2,1	0,3	12,9	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>502,0</b>	<b>27,2</b>	<b>18,8</b>	<b>47,2</b>	<b>3,9</b>

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

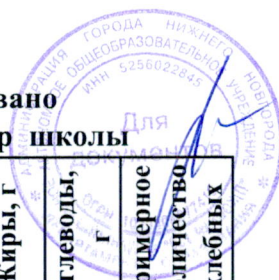
Малышева Г.А.

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.

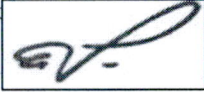
Меню буфетной продукции на 21.09.21

Согласовано  
Директор школы



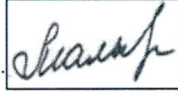
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i><b>Холодные блюда</b></i>							
Помидоры свежие с маслом растительным	13,03	100	24	1,1	0,2	3,8	0,3
Овощи свежие ( помидоры,огурцы) с маслом растительным	13,20	100	107	0,9	10,1	2,8	0,2
Бутерброд горячий с колбасой вареной,сыром	20,24	55	182	8,9	10,1	14,0	1,2
Огурцы свежие с маслом растительным	13,39	100	14	0,8	0,1	2,5	0,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	11,54	100	90	1,6	5,1	11,3	0,9
Капуста квашеная со свежими овощами(огурцы,помидоры) с маслом растительным	12,9	100	90	1,6	5,1	11,3	0,9
<i><b>Первые блюда</b></i>							
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	18,84	10/250	81	4,7	3,0	7,7	1,6
<i><b>Вторые блюда</b></i>							
Биточки домашние	41,88	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Рыба запеченная	48,06	90	138	3,1	5,4	12,1	1,0
Рулет мясной с яйцом	37,91	100	191	14,5	10,8	8,2	0,7
Сосиски отварные	23,43	2шт	165	7	13	1,8	0,2
Гуляш из говядины	43,43	100	138	9,6	9,6	3,5	0,3
<i><b>Гарниры</b></i>							
Вермишель отварная	6,77	150	183	5,5	4,2	28,5	2
Пюре картофельное	17,88	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Картофель оварной	18,80	150	146	2,9	4,0	15,5	1,3
<i><b>Напитки</b></i>							
Чай с сахаром	1,04	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Чай с сахаром,лимоном	2,12	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	5,16	200	112	0,0	0,0	28,0	2,0
Компот из вишни	7,19	200	56	0,2	0,1	13,2	1,0
<i><b>Хлеб</b></i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,29	30	60	2	0,3	12,3	1
Батон витаминный с микронутриентами	2,25	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7

Инженер-техно




Столярова Е.А.

Калькулятор



Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнев



\* -+R[-34]C:RC[12] 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.