

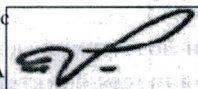
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.09.2021

Согласовано  
Директор школы №

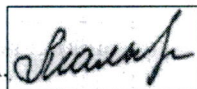
Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,5	0,1	0,0
Котлета куриная	90	193	14,6	7,9	9,3	0,8
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие ( доп гарнир)	50	12	0,6	0,1	1,95	0,2
Кофейный напиток с молоком	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
Кисломолочный напиток " Биолакт "	1шт	75	2,8	3,2	8,6	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	1,0	27,4	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>821,0</b>	<b>27,9</b>	<b>27,8</b>	<b>100,9</b>	<b>8,4</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем,говядиной тушеной,сметаной,зеленью	270	144	3,8	5,6	5,9	0,4
Макаронник с говядиной тушеной	200	494	19,6	25,9	40,5	3,3
Огурцы свежие ( доп гарнир)	25	4	0,2	0,0	0,7	0,1
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	1,0
Сок фруктовый	200	90	0	0	22,4	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	35	74	3	0,4	15,1	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>863,0</b>	<b>27,1</b>	<b>32,4</b>	<b>96,3</b>	<b>8,0</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное	1шт	120	6,0	6	9,4	0,8
Ватрушка с творогом	75	239	9,5	6,4	35,6	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>359,0</b>	<b>15,5</b>	<b>12,4</b>	<b>45,0</b>	<b>3,7</b>

Инженер-техн



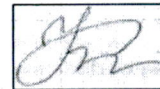
Столярова Е.А.

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 23.09.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный/платный)</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,5	0,1	0,0
Котлета куриная	90	193	14,6	7,9	9,3	0,8
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие ( доп гарнир)	50	12	0,6	0,1	1,95	0,2
Кофейный напиток с молоком	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	47	131	3,8	1,0	26,8	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>743,0</b>	<b>26,0</b>	<b>24,6</b>	<b>91,7</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный/платный)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем,говядиной тушеной,сметаной,зеленью	270	144	3,8	5,6	5,9	0,5
Макаронник с говядиной тушеной,с маслом	200/5	494	19,6	25,9	40,5	3,4
Огурцы свежие ( доп гарнир)	50	8	0,4	0,1	1,4	0,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	35	98	2,8	0,7	20,0	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63	2	0,3	12,9	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>848,0</b>	<b>28,8</b>	<b>32,7</b>	<b>90,8</b>	<b>7,6</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное	1 шт	120	6,0	6	9,4	0,8
Ватрушка с творогом	75	239	9,5	6,4	35,6	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>359,0</b>	<b>15,5</b>	<b>12,4</b>	<b>45,0</b>	<b>3,7</b>

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

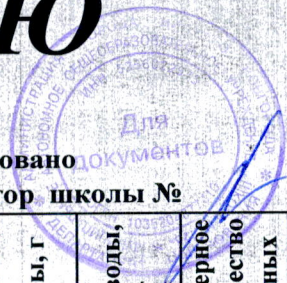
Директор по производству  
Корнева

\* - 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 23.09.2021

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/платный)</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Бефстроганов из куриного филе	100	266	18,9	12,4	3,6	0,3
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Кофейный напиток с молоком	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
Батон витаминный с микроэлементами	26	73	2,1	0,5	14,8	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>746,0</b>	<b>27,1</b>	<b>28,3</b>	<b>72,9</b>	<b>6,0</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/платный)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	270	144	3,8	5,6	5,9	0,5
Макаронник с говядиной тушеной, с маслом	200/5	494	19,6	25,9	40,5	3,4
Огурцы свежие (доп гарнир)	50	8	0,4	0,1	1,4	0,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	35	98	2,8	0,7	20,0	1,7
Хлеб полезный с микроэлементами	30	63	2	0,3	12,9	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>848,0</b>	<b>28,8</b>	<b>32,7</b>	<b>90,8</b>	<b>7,6</b>

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.

Меню буфетной продукции на 23.09.21

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Холодные блюда</b>							
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
<b>Первые блюда</b>							
Борщ со свежей капустой,картофелем,говядиной тушеной,сметаной	15,57	270	144	3,8	5,6	5,9	0,5
<b>Вторые блюда</b>							
Сырники из творога со сгущенным молоком	48,24	150/30	406	24,9	18,1	45,8	3,8
Котлета куринная	35,52	90	193	14,6	7,9	9,3	0,8
Макаронник с говядиной тушеной	50,11	200	494	19,6	25,9	40,5	3,3
Беф-строганов из куринного филе	43,44	100	266	18,9	12,4	3,6	0,3
Сосиски отварные	23,43	2шт	165	7	13	1,8	0,2
Колбаса отварная	21,30	50	126	5,9	11,4	0,1	0,0
<b>Гарниры</b>							
Макаронные изделия отварные	6,77	150	183	5,5	4,2	28,5	2
Огурцы свежие ( доп гарнир)	6,50	50	8	0,4	0,1	1,4	0
Рис отварной	9,29	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
<b>Напитки</b>							
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
Кофейный напиток с молоком	5,54	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
Сок фруктовый	8,70	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Хлеб</b>							
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.