

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.09.2021

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 кл (льготн+платн)						
Биточки домашние	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28,0	2,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
Кисель плодово -ягодный витаминизированный	200	132	0,0	0,0	33,0	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
Стоимость рациона	66,00	614,6	22,8	16,5	89,5	7,5
Обед 5-11 кл (льгот+платн)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	143	8,5	3,3	15,2	1,3
Рыба запеченная	90	179	17,1	10,0	4,4	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	251	8,5	7,3	36,6	3,1
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
Стоимость рациона	80,00	677,0	36,4	21	79,2	6,6

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 29.09.2021

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс						
Биточки домашние	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28,0	2,3
Помидоры свежие (доп. гарнир)	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Кисломолочный напиток "Биолакт"	1шт	75	2,8	3,2	8,6	0,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132	0,0	0,0	33,0	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	15,9	1,3
Стоимость рациона	80,05	699,4	25,8	19,8	99,5	8,3
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	143	8,5	3,3	15,2	1,3
Рыба запеченная	90	179	17,1	10,0	4,4	0,3
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	1,0
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	29	81	2,3	0,6	16,5	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63	2,1	0,3	12,9	1,1
Стоимость рациона	80,05	645,0	33,3	19,7	71,2	5,9
Полдник						
Оладьи со сгущенным молоком	100/20	308	8,8	9,4	47,7	4
Компот из вишни	200	76	0,2	0,1	18,2	1,5
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	1,0
Стоимость рациона	30,00	441,0	9,5	10,0	77,6	6,5

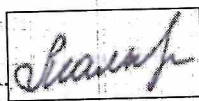
Инженер-техн.

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 29.09.2021

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 кл (льготн+платн)						
Биточки домашние	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28,0	2,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132	0,0	0,0	33,0	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	31	86,8	2,5	0,6	17,7	1,5
Стоимость рациона	66,00	632,8	23,3	16,6	92,7	7,7
Обед 1-4 кл (льготн+платн)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	143	8,5	3,3	15,2	1,3
Рыба запеченная	90	179	17,1	10,0	4,4	0,3
Картофельное пюре	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
Стоимость рациона	80,00	564,0	31,0	19,1	54,7	4,5
Полдник						
Оладьи со сгущенным молоком	100/20	308	8,8	9,4	47,7	4
Компот из вишни	200	76	0,2	0,1	18,2	1,5
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	1,0
Стоимость рациона	30,00	441,0	9,5	10,0	77,6	6,5

Инженер-техн

Столярова Е.А.



Калькулятор

Мальцева Г.А.



Директор по
производству
Корнева

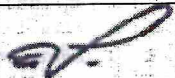


* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Холодные блюда							
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
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
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом,мясом,зеленью	20,09	10/250	143	8,5	3,3	15,2	1,3
Вторые блюда							
Рыба запеченная	48,05	90	179	17,1	10,0	4,4	0,3
Биточки домашние	42,95	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Голубцы с мясом,рисом	43,89	108/50	151	9,6	8,3	7,0	0,6
Оладьи со сгущенным молоком	11,70	100/20	308	8,8	9,4	47,7	4,0
Сосиска отварная	19,20	1шт	135	6,0	11,0	1,5	0,1
Сосиски отварные	23,43	2шт	165	7	13	1,8	0,2
Сырники из творога со сгущенным молоком	48,24	150/30	406	24,9	18,1	45,8	3,8
Гарниры							
Каша нречневая рассыпчатая	11,73	150	251	8,5	7,3	37	3,1
Макаронные изделия отварные	6,77	150	186	5,5	4,9	28,0	2
Картофельное пюре	17,88	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Помидоры свежие (доп гарнир)	8,82	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Огурцы свежие (доп гарнир)	9,10	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
Напитки							
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	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Компот из вишни	7,19	200	76	0,2	0,1	18,2	1,5
Хлеб							
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

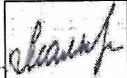
Инженер-техно

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.