

Меню буфетной продукции на 30.09.21

Согласовано  
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<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
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>							
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом	18,84	10/250	81	4,7	3,0	7,7	0,6
<b>Вторые блюда</b>							
Каша молочная рисовая с маслом	11,84	200/5	212	5,3	7,8	30,0	2,5
Фрикадельки в соусе	41,78	90/50	261	14,0	15,2	15,4	1,3
Рулет мясной с яйцом	38,72	100	191	14,5	10,8	8,2	0,7
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
<b>Гарниры</b>							
Булгур отварной	11,81	150	216	3,7	6,3	29	2,3
Рис отварной	9,75	150	216	3,7	6,3	28,5	2
Картофель отварной	18,80	150	146	2,9	4,9	15,5	1,3
Помидоры свежие (доп гарнир)	8,82	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Огурцы свежие ( доп гарнир )	2,60	20	3	0,2	0	0,5	0,04
<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	
Какао с молоком	9,32	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Компот из смеси сухофруктов	6,77	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,29	30	60	2	0,3	12,3	1
Батон витаминный с микроэлементами	2,25	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7


Инженер-техно

Столярова Е.А.



Калькулятор

Мальшева 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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.09.21



Согласовано  
Директор школы № 128

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 5-11 кл (льготн+платн)</b>	200/5	212	5,3	7,8	30	2,5
Каша молочная рисовая жидкая с маслом	100	96	6,0	3,5	10,1	0,8
Творожок " Растишка "	200	143	3,9	3,8	24,1	2,0
Какао с молоком	1шт	57	0,5	0,5	11,7	1,0
Яблоко	22	61,6	1,8	0,4	12,5	1,0
Батон витаминный с микронутриентами		<b>569,6</b>	<b>17,5</b>	<b>16</b>	<b>88,4</b>	<b>7,3</b>
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>					
<b>Обед 5-11 кл (льготн+платн)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81	4,7	3,0	7,7	0,6
Фрикадельки в соусе	90/50	261	14,0	15,2	15,4	1,3
Булгур отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>694,0</b>	<b>24,8</b>	<b>24,8</b>	<b>83,3</b>	<b>6,9</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 мо  
быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

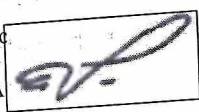
Согласовано  
 Директор школы № 128

НА 30.09.2021

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 кл(льготный/платный)</b>						
Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/5	212	5,3	7,8	30,0	2,5
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2,0
Творожок " Растиска"	1шт	96	6,0	3,5	10,1	0,8
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	22	62	1,8	0,4	12,5	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>570,0</b>	<b>17,5</b>	<b>16</b>	<b>88,4</b>	<b>7,3</b>
<b>Обед 1-4 кл(льготный/платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	10/250	81	4,65	3,0	7,7	0,6
Фрикадельки в соусе	90/50	261	14,0	15,2	15,4	1,3
Картофель отварной	150	146	2,9	4,9	15,5	1,3
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>660,1</b>	<b>25,3</b>	<b>23,5</b>	<b>70,3</b>	<b>5,8</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	196	146	5,9	5,5	23,8	2
Пирожок печеный сдобный с повидлом	75	224	3,6	3,9	36,6	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>370,0</b>	<b>9,5</b>	<b>9,1</b>	<b>60,4</b>	<b>5,1</b>

Инженер-технол.

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 30.09.2021

Согласовано  
 Для утверждения  
 Директор школы № 128

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное порционно	10	66	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционно	30	108	6,9	9,0	0,0	0,0
Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/5	212	5,3	7,8	30,0	2,5
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2,0
Творожок "Растишка"	1шт	96	6,0	3,5	10,1	0,8
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	35	98	2,8	0,7	19,9	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>780,0</b>	<b>25,5</b>	<b>32,6</b>	<b>95,9</b>	<b>8,0</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81	4,65	3,0	7,7	0,6
Фрикадельки в соусе	90/50	261	14,0	15,2	15,4	1,3
Картофель отварной	150	146	2,9	4,9	15,5	1,3
Огурцы свежие (доп. гарнир)	20	3	0,2	0,0	0,5	0,04
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	41	86,1	2,9	0,4	17,6	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>660,1</b>	<b>25,3</b>	<b>23,5</b>	<b>77,6</b>	<b>6,5</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	196	146	5,9	5,5	23,8	2
Пирожок печеный сдобный с повидлом	75	224	3,6	3,9	36,6	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>370,0</b>	<b>9,5</b>	<b>9,1</b>	<b>60,4</b>	<b>5,1</b>

Инженер-технол.  
 Стоярова 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.