


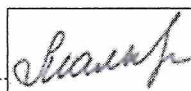
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ


НА 08.10.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 кл(льготный+платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0
Котлета куриная с маслом	90/5	193	14,6	7,9	9,3	0,8
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28	2,3
Огурцы свежие порционно (доп гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,15
Чай с сахаром,лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,0
Стоимость рациона	66,00	555,0	22,7	20,7	60,9	5,1
Обед 1-4 кл(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	10/250	81	4,65	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	90	179	17,1	10	4,4	0,4
Рис 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	30	63	2,1	0,3	12,9	1,1
Стоимость рациона	80,00	622,0	28,15	19,6	74,4	6,2
Полдник						
Сок фруктовый фосованный 0,2	1 шт	90	0,0	0	22,4	1,9
Хачапури	75	243	9,7	11,4	20,9	1,7
Стоимость рациона	30,00	333,0	9,7	11,4	43,3	3,6

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.

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<i>Холодные блюда</i>							
Помидоры свежие с маслом растительным	13,03	100	24	1,1	0,2	3,8	0,3
Ветчина порционно	11,20	25	45	4,1	2,6	1,1	0,1
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	11,60	100	88	0,7	5,0	10,0	0,8
Капуста квашеная со свежими овощами(огурцы,помидоры) с маслом растительным	12,9	100	90	1,6	5,1	11,3	0,9
<i>Первые блюда</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	20,36	10/250	81	4,7	3,0	7,7	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Рыба запеченная	48,05	90	179	17,1	10,0	4,4	0,4
Гуляш из говядины	43,68	100	138	9,6	9,6	3,5	0,3
Котлета куринная	37,25	90	156	14,6	7,9	5,2	0,4
Сосиска отварная	19,20	1шт	135	6,0	11,0	1,5	0,1
<i>Гарниры</i>							
Макаронные изделия отварные	6,98	150	186	5,5	4,9	28	2,3
Помидоры свежие (доп гарнир)	3,78	30	7	0,4	0,1	1,2	0,1
Рис отварной	10,02	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп гарнир)	9,10	70	10	0,6	0,1	1,8	0,15
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,07	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	2,27	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Компот из смеси сухофруктов	6,80	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
Кофейный напиток витаминизированный	5,81	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,29	30	63	2	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	2,25	30	84	2,4	0,6	17,1	1,4

Инженер-техн



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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 08.10.2021

Согласовано
 Директор школы № 128

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0
Котлета куриная с маслом	90/5	193	14,6	7,9	9,3	0,8
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28	2,3
Огурцы свежие порционно (доп гарнир)	65	9	0,4	0,06	1,7	0,1
Кисломолочный напиток " Биолакт"	1 шт	75	2,8	3,2	8,6	0,7
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	22	61,6	1,8	0,4	12,5	1,0
Стоимость рациона	80,05	634,6	25,5	49,4	70,5	5,8
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81	4,65	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	90	179	17,1	10	4,4	0,4
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие	30	7	0,4	0,1	1,2	0,1
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	35	73,5	2,5	0,4	15,1	1,3
Стоимость рациона	80,05	639,5	28,95	19,8	77,8	6,5
Полдник						
Сок фруктовый фосованный 0,2	1 шт	90	0,0	0	22,4	1,9
Хачапури	75	243	9,7	11,4	20,9	1,7
Стоимость рациона	30,00	333,0	9,7	11,4	43,3	3,6

Инженер-техник



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 08.10.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 5-11 кл (льготный+платный)						
Гуляш из говядины	100	138	9,6	9,6	3,5	0,3
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28	2,3
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	0,9
Чай с сахаром,лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	23	64,4	1,8	0,5	13,1	1,1
Стоимость рациона	66,00	489,4	17,7	15,6	66,6	5,5
Обед 5-11 кл (льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	10/250	81	4,65	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	90	179	17,1	10	4,4	0,4
Рис 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	30	63	2,1	0,3	12,9	1,1
Стоимость рациона	80,00	622,0	28,15	19,6	74,4	6,2

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.