

Меню буфетной продукции на 20 Января 22 г

Согласовано
Директор школы



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|--|-------|---------------|--------------------|----------|---------|-------------|------------------------------|
| Холодные закуски | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 16,50 | 100 | 78 | 0,6 | 2,4 | 3,9 | 0,3 |
| Ветчина порционнo | 12,09 | 25 | 45 | 4,1 | 2,6 | 1,1 | 0,09 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью | 16,85 | 20/15/25 0 | 96,0 | 7,6 | 0,5 | 12,1 | 1,0 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| Филе куриное панированное | 41,74 | 90 | 273,0 | 21,0 | 9,5 | 9,3 | 0,8 |
| Ежики "Аппетитные" | 36,29 | 90/50 | 171,0 | 7,9 | 10,2 | 11,8 | 1,0 |
| Каша молочная "Дружба" с маслом | 16,46 | 200/5 | 228,0 | 6,2 | 8,5 | 31,6 | 2,6 |
| Сосиска отварная | 22,20 | 1шт | 135,0 | 6,0 | 11,0 | 1,5 | 0,1 |
| Индейка с булгуром | 54,78 | 200 | 391,0 | 15,0 | 20,5 | 30,1 | 2,5 |
| Гарниры | | | | | | | |
| Картофельное пюре | 33,54 | 150 | 138,0 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1,0 |
| Вермишель отварная | 8,73 | 150 | 186,0 | 5,5 | 4,9 | 28,0 | 2,3 |
| Булгур отварной | 14,60 | 150 | 216,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир) | 14,62 | 50 | 20,0 | 1,6 | 0,1 | 3,2 | 0,3 |
| Кукуруза консервированная (доп. гарнир) | 14,62 | 50 | 162,0 | 5,2 | 2,6 | 30,0 | 2,5 |
| Огурцы консервированные (доп. гарнир) | 4,59 | 30 | 4,0 | 0,24 | 0,06 | 0,9 | 0,08 |
| Икра кабачковая (доп. гарнир) | 3,29 | 20 | 16,0 | 0,3 | 1,0 | 1,6 | 0,1 |
| Напитки | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 1,10 | 200 | 53,0 | 0,2 | 0,1 | 13 | 1,1 |
| Чай без сахара | 0,33 | 200 | 2,0 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0 |
| Чай с сахаром, лимоном | 2,58 | 200/7 | 44,0 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 0,9 |
| Какао с молоком | 11,94 | 200 | 143,0 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2 |
| Компот из мандаринов | 6,74 | 200 | 69,0 | 0,2 | 0,1 | 16,9 | 1,4 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 6,86 | 200 | 125,0 | 2,3 | 1,8 | 25,0 | 2,1 |
| Хлеб | | | | | | | |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 1,69 | 30 | 63,0 | 2 | 0,3 | 12,9 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 3,00 | 30 | 84,0 | 2,4 | 0,6 | 17,1 | 1,4 |

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева Г.А.

Директор по
производству
Корнева

* --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 20.01.22

Согласовано
Директор школы № 1



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Ветчина порционно | 15 | 26,0 | 2,5 | 1,54 | 0,6 | 0,05 |
| Каша молочная " Дружба " с маслом | 200/5 | 228,0 | 6,2 | 8,5 | 31,6 | 2,6 |
| Смузи -коктейль фруктовое 1/250 | 1шт | 130,0 | 1,5 | 0,0 | 31,0 | 2,6 |
| Какао с молоком | 200 | 143,0 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2,0 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 66,00 | 597,0 | 16,1 | 14,3 | 101,6 | 8,4 |
| Обед 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Бульон с куриным филе.гречками,зеленью | 20/15/250 | 96,0 | 7,6 | 0,5 | 12,1 | 1,0 |
| Ежики " Appetитные " | 90/50 | 171,0 | 7,9 | 10,2 | 11,8 | 1,0 |
| Картофельное пюре | 150 | 138,0 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 30 | 63,0 | 2,1 | 0,3 | 12,9 | 1,1 |
| Стоимость рациона | 80,00 | 509,0 | 20,9 | 16,5 | 59,0 | 4,9 |
| Полдник | | | | | | |
| Кисломолочный напиток " Снежок " | 200 | 156,0 | 5,6 | 5,0 | 22,0 | 1,8 |
| Плюшка с маком | 70 | 228,0 | 5,6 | 6,4 | 30,5 | 2,5 |
| Стоимость рациона | 30,00 | 384,0 | 11,2 | 11,4 | 52,5 | 4,3 |

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.01.22

Согласовано
Директор школы №



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Ветчина порционно | 25 | 45,0 | 4,1 | 2,6 | 1,1 | 0,09 |
| Каша молочная " Дружба " с маслом | 200/7 | 241,2 | 6,2 | 9,7 | 31,6 | 2,6 |
| С м у з и -к о к т е й л ь ф р у к т о в о е 1/250 | 1шт | 130,0 | 1,5 | 0,0 | 31,0 | 2,6 |
| Какао с молоком | 200 | 143,0 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2,0 |
| М а н д а р и н | 1шт | 38,0 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 0,6 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 28 | 78,4 | 2,2 | 0,6 | 16,0 | 1,3 |
| Стоимость рациона | 80,05 | 675,6 | 18,7 | 16,9 | 111,3 | 9,2 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Бульон с куриным филе, гренок, зеленью | 20/15/250 | 96,0 | 7,6 | 0,5 | 12,1 | 1,0 |
| Ежики " Аппетитные " | 90/50 | 171,0 | 7,9 | 10,2 | 11,8 | 1,0 |
| Картофельное пюре | 150 | 138,0 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 20 | 42,0 | 1,4 | 0,2 | 8,6 | 0,7 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 16 | 44,8 | 1,3 | 0,3 | 9,1 | 0,8 |
| Стоимость рациона | 80,05 | 532,8 | 21,5 | 16,7 | 63,8 | 5,3 |
| Полдник | | | | | | |
| Кисломолочный напиток " Снежок " | 200 | 156,0 | 5,6 | 5,0 | 22,0 | 1,8 |
| Плюшка с маком | 70 | 228,0 | 5,6 | 6,4 | 30,5 | 2,5 |
| Стоимость рациона | 30,00 | 384,0 | 11,2 | 11,4 | 52,5 | 4,3 |

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 20.01.22

Согласовано
Директор школы № 1



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Ветчина порционно | 25 | 45,0 | 4,1 | 2,6 | 1,1 | 0,09 |
| Сыр порционно | 20 | 73,0 | 4,6 | 5,9 | 0 | 0 |
| Каша молочная " Дружба " с маслом | 250/5 | 257,0 | 7,7 | 8,5 | 37,2 | 3,1 |
| М а н д а р и н | 1 шт | 38,0 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 0,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 1,0 | 10,1 | 0,8 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 34 | 95,2 | 2,7 | 0,7 | 19,4 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 66,00 | 549,2 | 20,1 | 18,9 | 75,3 | 6,2 |
| Обед 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Бульон с куриным филе.гренками,зеленью | 20/15/250 | 96,0 | 7,6 | 0,5 | 12,1 | 1,0 |
| Ежики " Аппетитные " | 90/50 | 171,0 | 7,9 | 10,2 | 11,8 | 1,0 |
| Булгур отварной | 150 | 216,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Икра кабачковая (доп.гарнир) | 20 | 16,0 | 0,3 | 1,0 | 1,6 | 0,1 |
| Компот из мандаринов | 200 | 69,0 | 0,2 | 0,1 | 16,9 | 1,4 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 40 | 84,0 | 2,8 | 4,0 | 17,2 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 80,00 | 652,0 | 22,5 | 22,1 | 88,1 | 7,3 |

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.