

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.03.22

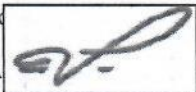
Согласовано

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	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционно	27	97,2	6,2	8,1	0	0
Запеканка из творога с вареньем	150/25	395,0	22,9	17,0	37,4	3,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	125,0	2,3	1,8	25,0	2,1
Яблоко	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микроэлементами	36	100,8	2,9	0,7	20,5	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>855,0</b>	<b>35,0</b>	<b>35,5</b>	<b>97,7</b>	<b>8,1</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100,0	4,8	3,6	9,9	0,8
Филе куриное панированное	100	302,0	23,8	10,3	10,7	0,9
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	40	6,0	0,2	0,02	0,5	0,0
Компот из апельсинов	200	71,0	0,2	0,1	17,0	1,4
Хлеб полезный с микроэлементами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	32	89,6	2,6	0,6	18,2	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>847,6</b>	<b>37,4</b>	<b>21,2</b>	<b>97,7</b>	<b>8,1</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	201	151,0	6,0	5,6	19,1	1,6
Сдоба обыкновенная	75	222,0	5,8	3,6	34,1	2,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>373,0</b>	<b>11,8</b>	<b>9,2</b>	<b>53,2</b>	<b>4,4</b>

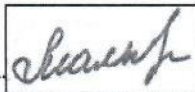
Инженер-техник

Столярова Е.А.

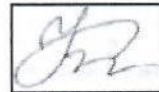


Калькулятор

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.

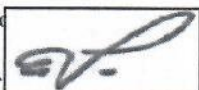
Меню буфетной продукции на 29 Марта 22 г

Согласовано


Директор школы 

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Икра кабачковая	17,29	100	78,0	0,6	2,4	3,9	0,3
Масло сливочное порционно	7,73	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционно	13,49	20	72,0	14,6	6	0	0
Огурцы свежие с зеленым горошком и маслом растительным	22,90	100	19,0	1,4	10	3,5	0,3
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	18,16	100	88,0	0,8	5	10	0,8
<b>Первые блюда</b>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	26,11	10/255	100,0	4,8	3,6	9,9	0,8
<b>Вторые блюда</b>							
Запеканка из творога с вареньем	59,67	150/25	395,0	22,9	17,0	37,4	3,1
Филе куриное панированное	50,54	100	302,0	23,8	10,3	10,7	0,9
Сосиска отварная	22,20	1шт	160,0	11,0	12,0	1,5	0,1
<b>Гарниры</b>							
Рис отварной	11,73	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Вермишель отварная	8,52	150	183,0	5,5	4,2	28,5	2,4
Вермишель отварная с сыром	21,27	150	236,0	8,8	11	24,6	2,1
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	14,92	50	162,0	5,2	2,6	30,0	2,5
Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)	14,71	50	20,0	1,6	0,1	3,2	0,3
Огурцы свежие (доп. гарнир)	7,90	40	5,3	0,3	0,04	1,1	0,1
<b>Постные Блюда</b>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	12,95	250	98,0	1,7	4,9	9,77	0,8
Котлеты капустные	8,41	100	160,0	3,6	7,7	10,8	0,9
Рис с овощами, кукурузой и зеленым горошком	17,16	150	239,0	4,5	9,2	26,7	2,2
<b>Напитки</b>							
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
Кофейный напиток витаминизированный	7,07	200	125,0	2,3	1,8	25,0	2,1
Компот из апельсинов	7,34	200	71,0	0,2	0,1	17,0	1,4
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,69	30	63,0	2,1	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



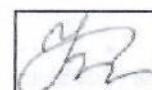
Калькулятор



Столярова Е.А.

Малышева 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 29.03.22

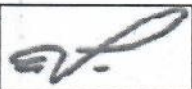
Согласовано

Директор школы № 48

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 порционно	15	99,0	0,15	10,9	0,15	0,01
Запеканка из творога с вареньем	150/25	395,0	22,9	17,0	37,4	3,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	125,0	2,3	1,8	25,0	2,1
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>689,0</b>	<b>27,4</b>	<b>30,2</b>	<b>76,9</b>	<b>6,4</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100,0	4,8	3,6	9,9	0,8
Филе куриное панированное	100	302,0	23,8	10,3	10,7	0,9
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Компот из апельсинов	200	71,0	0,2	0,1	17,0	1,4
Хлеб полезный с микроэлементами	25	52,5	1,8	0,2	10,8	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>741,5</b>	<b>34,3</b>	<b>20,5</b>	<b>76,9</b>	<b>6,4</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	201	151,0	6,0	5,6	19,1	1,6
Сдоба обыкновенная	75	222,0	5,8	3,6	34,1	2,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>373,0</b>	<b>11,8</b>	<b>9,2</b>	<b>53,2</b>	<b>4,4</b>

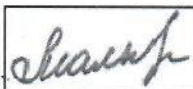
Инженер-техн

Столярова Е.А.

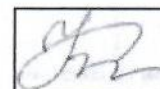


Калькулятор

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 29.03.22

Согласовано  
Директор школы № 128

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Запеканка из творога с вареньем	200/20	493,0	31,6	23,4	52,4	4,4
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	37	103,6	3,0	0,7	21,0	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>637,6</b>	<b>34,8</b>	<b>24,2</b>	<b>83,5</b>	<b>7,0</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100,0	4,8	3,6	9,9	0,8
Филе куриное панированное	100	302,0	23,8	10,3	10,7	0,9
Рис отварной	180	257,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Компот из апельсинов	200	71,0	0,2	0,1	17,0	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,2	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>852,5</b>	<b>37,0</b>	<b>22,2</b>	<b>96,4</b>	<b>8,0</b>


Инженер-техн

Столярова Е.А.

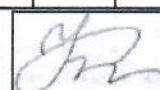


Калькулятор

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.