

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.03.22

Согласовано  
Директор школы № 128



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак (12-17 лет)</b>						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Омлет натуральный	200	272,0	18,6	23,8	4,5	0,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Обед (12-17 лет)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81,0	4,65	3,0	7,7	0,6
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	287,0	15,5	16,8	16,6	1,4
Каша гречневая рассыпчатая	180	302,0	10,2	8,8	44,1	3,7
Компот из смеси сухофруктов	200	83,0	0,6	0	20,9	1,7
М а н д а р и н	1шт	58,9	1,2	0,3	11,7	0,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Всего</b>	<b>193,60</b>	<b>1499,4</b>	<b>61,25</b>	<b>65,2</b>	<b>171,4</b>	<b>14,3</b>

Инженер-техно

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 24.03.22

Согласовано  
Директор школы № 128



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>						
Сыр порционно	10	36,0	2,3	3,0	0	0
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Омлет натуральный	150	204,0	13,9	17,9	3,3	0,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Обед (7-11 лет)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81,0	4,65	3,0	7,7	0,6
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	287,0	15,5	16,8	16,6	1,4
Каша гречневая рассыпчатая	150	251,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	4,0	0,2	0,03	0,8	0,0
Компот из смеси сухофруктов	200	83,0	0,6	0	20,9	1,7
М а н д а р и н	1шт	58,9	1,2	0,3	11,7	0,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Всего</b>	<b>193,60</b>	<b>1420,4</b>	<b>57,4</b>	<b>60,8</b>	<b>163,5</b>	<b>13,6</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 25.03.22

Согласовано  
Директор школы № 48



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак (12-17 лет)</b>						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Котлета из индейки	90	188,0	11,0	11,7	9,7	0,8
Рис отварной	180	257,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	50	8,0	0,4	0,1	1,4	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
М а н д а р и н	1 шт	58,9	1,2	0,3	11,7	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Обед (12-17 лет)</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, говядиной тушеной, зеленью	270	151,0	5,6	6,3	18,0	1,5
Жаркое по-домашнему с печенью	200	172,0	9,3	5,3	22,1	1,8
Капуста квашенная (доп.гарнир)	50	45,0	0,78	2,6	5,7	0,5
Компот из свежих яблок	200	59,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Всего</b>	<b>193,60</b>	<b>1238,4</b>	<b>38,98</b>	<b>42,7</b>	<b>165,8</b>	<b>13,8</b>

Инженер-техно

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 25.03.22

Согласовано

Директор школы № 128



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Котлета из индейки	90	188,0	11,0	11,7	9,7	0,8
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	50	8,0	0,4	0,1	1,4	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
М а н д а р и н	1 шт	58,9	1,2	0,3	11,7	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Обед (7-11лет)</b>						
Суп с вермишелью и картофелем,говядиной тушеной,зеленью	270	151,0	5,6	6,3	18,0	1,5
Жаркое по-домашнему с печенью	200	172,0	9,3	5,3	22,1	1,8
Капуста квашенная ( доп.гарнир)	50	45,0	0,78	2,6	5,7	0,5
Компот из свежих яблок	200	59,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Всего</b>	<b>193,60</b>	<b>1197,4</b>	<b>38,3</b>	<b>41,5</b>	<b>160,6</b>	<b>13,3</b>

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.