

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.09.22

Согласовано  
Директор школы № 122



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Биточки рыбные	100	207,0	13,0	10,4	15,4	1,3
Картофельное пюре	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,2
Чай с сахаром, лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Нектарин	1шт	50,0	1,0	0,1	10,5	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	48	134,4	3,8	0,9	27,4	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>617,4</b>	<b>21,9</b>	<b>23,0</b>	<b>79,7</b>	<b>6,6</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,14	2,7	0,2
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	41	86,1	2,9	0,4	17,6	1,5
Батон витаминный с микронутриентами	45	126,0	3,6	0,9	25,7	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>724,1</b>	<b>24,3</b>	<b>17,14</b>	<b>118,0</b>	<b>9,8</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка ванильная	100	278,0	7,6	7,4	45,2	3,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>398,0</b>	<b>13,6</b>	<b>13,8</b>	<b>54,6</b>	<b>4,6</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

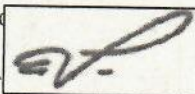
НА 14.09.22

Согласовано  
Директор школы № 128

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Тефтели мясные с сыром в томатном соусе	100/50	251,0	13,0	17,0	11,5	0,9
Макаронные изделия отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Огурцы свежие (доп. гарнир)	40	6,0	0,3	0,04	1,0	0,08
Чай с сахаром, лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,8	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>669,4</b>	<b>22,8</b>	<b>29,7</b>	<b>77,3</b>	<b>6,4</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	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>620,0</b>	<b>20,8</b>	<b>16,5</b>	<b>97,1</b>	<b>8,1</b>

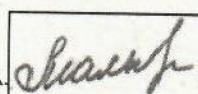
Инженер-техн

Столярова Е.А.

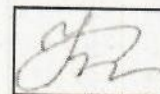


Калькулятор

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.

Меню буфетной продукции на 14 Сентября 22 г

Согласовано  
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Масло сливочное порционно	6,90	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Масло шоколадное порционно	8,18	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Сыр порционно	14,63	20	72,0	14,6	6	0	0
Капуста квашенная с маслом растительным.сахаром	16,07	100	104,0	1,6	5,2	12,1	1,0
Овощи свежие ( огурцы.помидоры ) с маслом растительным	12,45	100	106,0	0,86	10	2,8	0,2
Огурцы свежие с кукурузой и маслом растительным	17,24	100	196,0	3,6	12	19,5	1,6
<b>Первые блюда</b>							
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	24,10	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
<b>Вторые блюда</b>							
Биточки рыбные	49,52	100	207,0	13,0	10,4	15,4	1,3
Сосиска отварная	18,84	1шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Бефстроганов из филе индейки	39,91	100	198,0	7,4	17,8	2,2	0,1
Плов из говядины	61,92	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Тефтельки мясные с сыром в томатном соусе	51,43	100/50	251,0	13,0	17,0	11,5	0,9
<b>Гарниры</b>							
Макаронные изделия отварные	8,60	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Картофельное пюре	19,30	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,32	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,34	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Чай с сахаром,лимоном	2,64	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Компот из смеси сухофруктов	7,09	200	86,0	0,6	0,0	20,9	1,7
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-техн  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
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

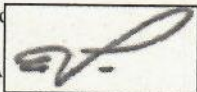
НА 14.09.22

Согласовано  
Директор школы № 148

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный+платный)</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Биточки рыбные	100	207,0	13,0	10,4	15,4	1,3
Картофельное пюре	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,2
Чай с сахаром, лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Нектарин	1шт	50,0	1,0	0,1	10,5	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	48	134,4	3,8	0,9	27,4	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>617,4</b>	<b>21,9</b>	<b>23,0</b>	<b>79,7</b>	<b>6,6</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный+платный)</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,14	2,7	0,2
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	41	86,1	2,9	0,4	17,6	1,5
Батон витаминный с микронутриентами	45	126,0	3,6	0,9	25,7	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>724,1</b>	<b>24,3</b>	<b>17,14</b>	<b>118,0</b>	<b>9,8</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка ванильная	100	278,0	7,6	7,4	45,2	3,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>398,0</b>	<b>13,6</b>	<b>13,8</b>	<b>54,6</b>	<b>4,6</b>

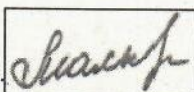
Инженер-техно

Стоярова Е.А.

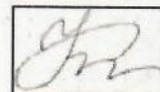


Калькулятор

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.