

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

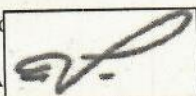
НА 03.10.22

Согласовано
Директор школы № 128

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс (льготный+платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сосиска отварная	1 шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Вермишель с сыром	150	239,0	8,2	11,9	24,6	2,1
Огурцы свежие (доп.гарнир)	15	2,0	0,1	0,01	0,4	0,03
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Йогурт "Растиска" 0,110	1 шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0
Батон витаминный с микроэлементами	38	108,0	3,0	0,8	22,6	1,9
Стоимость рациона	80,00	768,0	25,5	37,4	82,6	6,9
Обед 1-4 класс (льготный+платный)						
Борщ "Сибирский" со сметаной, зеленью	255	97,0	2,1	5,6	9,5	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	55	13,2	0,06	0,11	2,2	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Яблоко	1 шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	1,7	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	32	89,6	2,6	0,6	18,2	1,5
Стоимость рациона	96,00	671,8	20,2	21,5	101,7	8,5
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка московская	90	254,0	6,8	7,1	40,9	3,4
Стоимость рациона	37,00	374,0	12,8	13,5	50,3	4,2

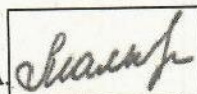
Инженер-техно

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.

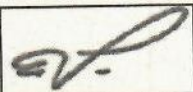
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.10.22

Согласовано
Директор школы № 48

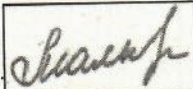
Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сосиска отварная	1 шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Вермишель с сыром	150	239,0	8,2	11,9	24,6	2,1
Огурцы свежие (доп.гарнир)	15	2,0	0,1	0,01	0,4	0,03
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Йогурт " Р а с т и ш к а " 0,110	1 шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	38	108,0	3,0	0,8	22,6	1,9
Стоимость рациона	96,00	768,0	25,5	37,4	82,6	6,9
Обед 1-4 класс						
Борщ " Сибирский " со сметаной, зеленью	255	97,0	2,1	5,6	9,5	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	55	13,2	0,06	0,11	2,2	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Я б л о к о	1 шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	1,7	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	32	89,6	2,6	0,6	18,2	1,5
Стоимость рациона	96,00	671,8	20,2	21,5	101,7	8,5
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка московская	90	254,0	6,8	7,1	40,9	3,4
Стоимость рациона	37,00	374,0	12,8	13,5	50,3	4,2

Инженер-техно

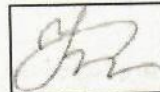


Калькулятор

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.

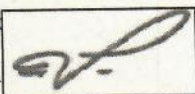
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.10.22

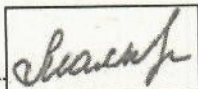
Согласовано
 Документов
 Директор школы № 28

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционнo	10	71,0	4,6	5,8	0,7	0,05
Сосиска отварная	1 шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Вермишель с сыром	180	287,0	9,9	14,3	29,6	2,5
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	80,00	751,0	26,5	42,0	67,3	5,6
Обед 5-11 класс (льготный+платный)						
Борщ " Сибирский " со сметаной, зеленью	255	97,0	2,1	5,6	9,5	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Помидоры свежие (доп. гарнир)	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	1,7	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
Стоимость рациона	96,00	608,4	19,7	21,0	88,5	7,4

Инженер-техн
 Столярова Е.А.



Калькулятор
 Малышева Г.А.

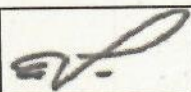


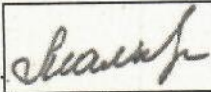
Директор по
 производству
 Корнева




* - 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.

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, 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
Сыр порционно	14,63	20	72,0	14,6	6	0	0
Овощи свежие (огурцы, помидоры) с маслом растительным	17,24	100	106,0	0,86	10	2,8	0,2
Огурцы свежие с маслом растительным	16,43	100	104,0	0,8	10	2,5	0,2
Помидоры свежие с маслом растительным	18,03	100	109,0	0,99	10	3,4	0,3
Первые блюда							
Борщ " Сибирский " со сметаной, зеленью	11,70	255	97,0	2,1	5,6	9,5	0,8
Вторые блюда							
Котлеты из индейки	46,12	90	140,0	12,5	8,3	3,9	0,3
Плов из говядины	62,01	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Сосиска отварная	22,35	1 шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Гарниры							
Вермишель с сыром	21,79	150	239,0	8,2	12	24,6	2,1
Каша гречневая рассыпчатая	13,53	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Напитки							
Чай с сахаром	1,22	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 лимоном	2,90	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Какао с молоком	14,84	200	128,0	3,9	32,1	21,1	1,8
Компот из яблок	6,11	200					
Хлеб							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А. 

Калькулятор
Малышева Г.А. 

Директор по
производству 

* -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.