

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.22



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|---|--------------|--------------------|--------------|-------------|--------------|------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Сыр порционнo | 30 | 109,0 | 6,9 | 8,5 | 0 | 0 |
| Масло сливочное | 15 | 99,0 | 0,12 | 10,9 | 0,2 | 0,01 |
| Индейка с булгуром | 200 | 377,0 | 15,6 | 19,9 | 34,9 | 2,9 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 55 | 11,0 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 0,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 96,00 | 804,0 | 28,32 | 41,5 | 79,0 | 6,5 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | 250 | 153,0 | 5,8 | 4,8 | 21,6 | 1,8 |
| Ежики "Аппетитные" | 100/50 | 202,0 | 11,3 | 11,8 | 12,9 | 1,1 |
| Пюре картофельное | 150 | 108,0 | 3,1 | 5,2 | 12,1 | 1,0 |
| Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир) | 25 | 10,0 | 0,8 | 0,05 | 1,6 | 0,1 |
| Компот из яблок и изюма | 200 | 78,0 | 0,3 | 0,1 | 18,9 | 1,6 |
| Яблоко | 1шт | 67,0 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 26 | 55,0 | 1,8 | 0,3 | 11,2 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 96,00 | 743,0 | 25,7 | 23,4 | 107,3 | 8,9 |
| Полдник | | | | | | |
| Йогурт фруктовый питьевой | 200 | 150,0 | 6,0 | 5,6 | 19,0 | 1,6 |
| Плюшка с сахаром | 50 | 152,0 | 3,3 | 4,7 | 24,2 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 37,00 | 302,0 | 9,3 | 10,3 | 43,2 | 3,6 |

Инженер-техно

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.

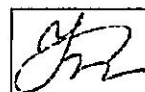
Меню буфетной продукции на 21 Октября 22 г



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | 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 |
| Помидоры свежие с маслом растительным | 18,03 | 100 | 109,0 | 0,99 | 10 | 3,4 | 0,3 |
| Огурцы свежие зеленым горошком и маслом растительным | 23,63 | 100 | 19,0 | 1,4 | 10 | 3,5 | 0,2 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | 14,15 | 250 | 153,0 | 5,8 | 4,8 | 21,6 | 1,8 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| Индейка с булгуром | 54,79 | 200 | 377,0 | 15,6 | 19,9 | 34,9 | 2,9 |
| Бефстроганов из куриного филе | 40,49 | 100 | 165,0 | 15,0 | 10,7 | 2,0 | 0,1 |
| Ежики "Аппетитные" | 37,08 | 100/50 | 202,0 | 11,3 | 11,8 | 12,9 | 1,1 |
| Сосиска отварная | 22,35 | 1шт | 129,0 | 6,0 | 11,0 | 1,5 | 0,1 |
| Гарниры | | | | | | | |
| Пюре картофельное | 17,75 | 150 | 108,0 | 3,1 | 5,2 | 12,1 | 1,0 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 13,02 | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,1 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 7,11 | 40 | 9,0 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 0,1 |
| Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир) | 10,00 | 25 | 10,0 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 0,1 |
| Напитки | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 1,30 | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Чай без сахара | 0,44 | 200 | 2,0 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 7,69 | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Компот из яблок и изюма | 8,20 | 200 | 78,0 | 0,3 | 0,1 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб | | | | | | | |
| 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 |

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.22

Согласовано
Директор школы № 2



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|--------------|--------------------|--------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Сыр порционно | 30 | 109,0 | 6,9 | 8,5 | 0 | 0 |
| Масло сливочное | 15 | 99,0 | 0,12 | 10,9 | 0,2 | 0,01 |
| Индейка с булгуром | 200 | 377,0 | 15,6 | 19,9 | 34,9 | 2,9 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 55 | 11,0 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 0,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Батон витаминный с микроутриентами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 80,00 | 804,0 | 28,32 | 41,5 | 79,0 | 6,5 |
| Обед 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | 250 | 153,0 | 5,8 | 4,8 | 21,6 | 1,8 |
| Ежики " Аппетитные " | 100/50 | 202,0 | 11,3 | 11,8 | 12,9 | 1,1 |
| Пюре картофельное | 150 | 108,0 | 3,1 | 5,2 | 12,1 | 1,0 |
| Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир) | 25 | 10,0 | 0,8 | 0,05 | 1,6 | 0,1 |
| Компот из яблок и изюма | 200 | 78,0 | 0,3 | 0,1 | 18,9 | 1,6 |
| Я б л о к о | 1шт | 67,0 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 |
| Хлеб полезный с микроутриентами | 26 | 55,0 | 1,8 | 0,3 | 11,2 | 0,9 |
| Батон витаминный с микроутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 96,00 | 743,0 | 25,7 | 23,4 | 107,3 | 8,9 |
| Полдник | | | | | | |
| Йогурт фруктовый питьевой | 200 | 150,0 | 6,0 | 5,6 | 19,0 | 1,6 |
| Плюшка с сахаром | 50 | 152,0 | 3,3 | 4,7 | 24,2 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 37,00 | 302,0 | 9,3 | 10,3 | 43,2 | 3,6 |

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 21.10.22

Согласовано
Директор школы



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0 |
| Индейка с булгуром | 200 | 377,0 | 15,6 | 19,9 | 34,9 | 2,9 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 40 | 9,0 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 0,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 32 | 89,6 | 2,6 | 0,6 | 18,2 | 1,5 |
| Стоимость рациона | 80,00 | 651,6 | 21,0 | 29,3 | 76,7 | 6,3 |
| Обед 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | 250 | 153,0 | 5,8 | 4,8 | 21,6 | 1,8 |
| Ежики " Аппетитные " | 100/50 | 202,0 | 11,3 | 11,8 | 12,9 | 1,1 |
| Пюре картофельное | 180 | 130,0 | 3,8 | 6,3 | 14,5 | 1,2 |
| Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир) | 25 | 10,0 | 0,8 | 0,05 | 1,6 | 0,1 |
| Компот из яблок и изюма | 200 | 78,0 | 0,3 | 0,1 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 0,9 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 96,00 | 724,0 | 26,6 | 24,1 | 100,3 | 8,4 |

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.