

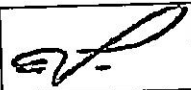
128

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

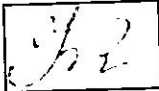
НА 12.04.23

Согласовано
 Для документов
 Директор школы №10
 (Official stamp of the school with administrative details)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,01
Сыр порционнo	25	88,0	5,7	7,3	0	0
Индеекa с овощами	200	232,0	13,8	11,0	19,4	1,6
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	0,9
Кисломолочный напиток "Биолакт" 0,100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Батон витаминный с микроэлементами	29	81,2	2,3	0,6	16,5	1,4
Стоимость рациона	102,24	619,2	25,0	33,1	54,6	4,6
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Котлета домашняя	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы консервированные (доп. гарнир)	20	3,0	0,2	0,02	0,6	0,1
Яблоко	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
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	19,95	1,7
Стоимость рациона	102,24	691,0	26,9	22,0	96,1	8,0
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка домашняя	55	198,0	4,0	6,2	26,0	2,2
Стоимость рациона	39,41	318,0	10,0	12,6	35,4	3,0

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.

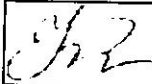
Меню буфетной продукции на 12 АПРЕЛЯ 23 з



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Масло сливочное порционно	6,90	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Масло шоколадное порционно	6,72	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Сыр порционно	14,63	20	71,0	4,6	5,8	0	0
Икра кабачковая	17,95	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	17,59	100	98,0	1,6	5,1	11,3	0,9
Первые блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	22,73	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Вторые блюда							
Сырники из творога со сгущенным молоком	62,72	150/30	446,0	24,9	18,1	45,8	3,8
Индейка с овощами	52,61	200	232,0	13,8	11,0	19,4	1,6
Котлета домашняя	42,33	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Бефстроганов из куриного филе	40,43	100	165,0	15,0	10,7	2,0	0,2
Гарниры							
Картофельное пюре	17,75	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Картофель отварной	17,64	150	117,0	2,9	4,9	15,5	1,3
Каша гречневая рассыпчатая	11,57	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Огурцы консервированные (доп. гарнир)	6,43	30	5,0	0,24	0,03	0,9	0,07
Икра кабачковая (доп. гарнир)	5,39	30	23,0	0,36	1,4	2,3	0,2
Постные блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	8,35	250	79,0	1,6	5,0	7,0	0,6
Котлета морковная	11,22	100	161,0	3,3	7,8	16,5	1,4
Капуста (цветная и брокколи) отварная с маслом	34,73	150	96,0	4,3	5,5	7,2	0,6
Напитки							
Чай с сахаром	1,26	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Чай с лимоном	2,94	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Компот из смеси сухофруктов	5,98	200	86,0	0,6	0,0	20,9	1,7
Хлеб							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,58	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	2,80	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А. 

Калькулятор
Мальшева 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 12.04.23

Согласован
Директор



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционнo	25	88,0	5,7	7,3	0	0
Индейка с овощами	200	232,0	13,8	11,0	19,4	1,6
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутрентами	40	112,0	3,2	0,8	22,8	1,9
Стоимость рациона	85,20	541,0	23,1	26,5	52,6	4,4
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Котлета домашняя	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы консервированные (доп.гарнир)	40	6,0	0,4	0,04	1,2	0,1
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутрентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутрентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
Стоимость рациона	102,24	613,0	26,1	21,3	79,1	6,5
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка домашняя	55	198,0	4,0	6,2	26,0	2,2
Стоимость рациона	39,41	318,0	10,0	12,6	35,4	3,0

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

на 12.04 2023

Согласовано

Директор



1 вариант

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Масло сливочное порционно	20	99	0,12	10,88	0,2	0,003
Индейка с овощами	200	262	10,593	15,764	19,46	1,6
Чай с сахаром	200	45	0,216	0,055	10,803	0,9
Груша	200	74	0,652	0,489	16,789	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	25	72	2,08	0,52	14,82	1,2
Стоимость рациона		552,0	13,7	27,7	62,1	5,103

2 вариант (Лунна Морозова)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Капуста цветная отварная с маслом растительным	150	29	1,35	1,66	2,27	0,2
Пюре фруктовое в ассортименте	90	32	0	0	8,1	0,7
Чай с лимоном	200/15	44	0,335	0,066	10,499	0,9
Груша	175	74	0,652	0,489	16,789	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	25	72	2,08	0,52	14,82	1,2
Стоимость рациона	102,24	251,0	4,4	2,7	52,5	4,4

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Директор по производству
Корнева Е.И.

* - 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.