

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.05.23

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                                      |               |                    |             |             |              |                                     |
| Шницель "Нежный"  | 90            | 219,0              | 15,0        | 12,2        | 11,9         | 1,0                                 |
| Рис отварной  | 150           | 185,0              | 3,7         | 6,3         | 28,5         | 2,4                                 |
| Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)                | 25            | 10,0               | 0,8         | 0,05        | 1,6          | 0,1                                 |
| Напиток клюквенный  | 200           | 65,0               | 0,1         | 0,1         | 15,9         | 1,3                                 |
| Апельсин  | 1 шт          | 76,0               | 1,8         | 0,4         | 16,2         | 1,4                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами                           | 26            | 72,8               | 2,1         | 0,5         | 14,8         | 1,2                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>102,24</b> | <b>627,8</b>       | <b>23,5</b> | <b>19,6</b> | <b>88,9</b>  | <b>7,4</b>                          |
| <b>Обед 1-4 класс</b>   |               |                    |             |             |              |                                     |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью                      | 30/15/250     | 107,0              | 11,0        | 0,9         | 13,7         | 1,1                                 |
| Запеканка картофельная с мясом                                | 200           | 259,0              | 11,5        | 13,7        | 22,5         | 1,9                                 |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир) | 70            | 71,0               | 1,1         | 3,6         | 8,5          | 0,7                                 |
| Компот из смеси сухофруктов                                   | 200           | 86,0               | 0,6         | 0           | 20,9         | 1,7                                 |
| Яблоко  | 1 шт          | 67,0               | 0,6         | 0,6         | 14,7         | 1,2                                 |
| Хлеб полезный с микронутриентами                              | 36            | 75,6               | 2,5         | 0,4         | 15,5         | 1,3                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами                           | 33            | 92,4               | 2,6         | 0,7         | 18,8         | 1,6                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>102,24</b> | <b>758,0</b>       | <b>29,9</b> | <b>19,9</b> | <b>114,6</b> | <b>9,6</b>                          |
| <b>Полдник</b>  |               |                    |             |             |              |                                     |
| Йогурт фруктовый питьевой                                     | 202           | 75,8               | 3,0         | 2,8         | 9,6          | 0,8                                 |
| Сдоба обыкновенная  | 60            | 191,0              | 4,9         | 3,0         | 35,9         | 2,9                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>39,41</b>  | <b>266,8</b>       | <b>7,9</b>  | <b>5,8</b>  | <b>45,5</b>  | <b>3,7</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 19 МАЯ 23 г

Согласовано  
Директор Дирекции Меню



| 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                                   |
| Сыр порционно                                       | 14,63 | 20        | 71,0               | 4,6      | 5,8     | 0           | 0                                   |
| Помидоры свежие с маслом растительным               | 17,99 | 100       | 109,0              | 0,99     | 10,17   | 3,4         | 0,2                                 |
| Овощи свежие(огурцы,помидоры) с маслом растительным | 17,20 | 100       | 106,0              | 0,86     | 10,13   | 2,8         | 0,2                                 |
| <b>Первые блюда</b>                                 |       |           |                    |          |         |             |                                     |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью            | 23,92 | 30/15/250 | 107,0              | 11,0     | 0,9     | 13,7        | 1,1                                 |
| <b>Вторые блюда</b>                                 |       |           |                    |          |         |             |                                     |
| Запеканка карофельная с мясом                       | 50,37 | 200       | 259,0              | 11,5     | 13,7    | 22,5        | 1,9                                 |
| Шницель " Нежный "                                  | 40,10 | 90        | 219,0              | 15,0     | 12,2    | 11,9        | 1,0                                 |
| Бефстроганов из куриного филе                       | 40,43 | 100       | 165,0              | 15,0     | 10,7    | 2,0         | 0,0                                 |
| Индейка с овощами                                   | 52,61 | 200       | 232,0              | 13,8     | 11,0    | 19,4        | 1,0                                 |
| Сырники из творога со сгущенным молоком             | 62,72 | 150/30    | 446,0              | 24,9     | 18,1    | 45,8        | 3,0                                 |
| Бифштекс домашний                                   | 40,84 | 90        | 217,0              | 8,1      | 13,4    | 15,9        | 1,0                                 |
| <b>Гарниры</b>                                      |       |           |                    |          |         |             |                                     |
| Картофель отварной                                  | 17,64 | 150       | 117,0              | 2,9      | 4,9     | 15,5        | 1,0                                 |
| Рис отварной  | 11,19 | 150       | 185,0              | 3,7      | 6,3     | 28,5        | 2,0                                 |
| Горошек зеленый консервированный ( доп.гарнир)      | 10,00 | 25        | 10,0               | 0,8      | 0,05    | 1,6         | 0,0                                 |
| Капуста квашеная с маслом растительным,сахаром      | 12,32 | 70        | 71,0               | 1,1      | 3,6     | 8,5         | 0,0                                 |
| <b>Напитки</b>                                      |       |           |                    |          |         |             |                                     |
| Чай с сахаром                                       | 1,26  | 200       | 41,0               | 0,2      | 0,1     | 10,1        | 0,0                                 |
| Чай без сахара                                      | 0,42  | 200       | 2,0                | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0,0                                 |
| Чай с лимоном                                       | 2,94  | 200/7     | 43,0               | 0,3      | 0,1     | 10,3        | 0,0                                 |
| Компот из смеси сухофруктов                         | 5,98  | 200       | 86,0               | 0,6      | 0,0     | 20,9        | 0,0                                 |
| Напиток клюквенный                                  | 18,30 | 200       | 65,0               | 0,1      | 0,1     | 15,9        | 0,0                                 |
| Компот из изюма                                     | 4,70  | 200       | 121,0              | 0,4      | 0,1     | 21,0        | 0,0                                 |
| <b>Хлеб</b>   |       |           |                    |          |         |             |                                     |
| Хлеб полезный с микронутриентами                    | 1,58  | 25        | 52,5               | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 0,0                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами                 | 2,80  | 25        | 70,0               | 2,0      | 0,5     | 14,3        | 0,0                                 |

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшова Г.А.

Директор по  
производству

\* -+R[-34]C:RC[12] Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.05.23

Согласовано

Директор школы №



| Наименование блюда                             | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-----------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>     |           |                    |             |             |              |                                      |
| Шницель "Нежный"                               | 90        | 219,0              | 15,0        | 12,2        | 11,9         | 1,0                                  |
| Рис отварной                                   | 150       | 185,0              | 3,7         | 6,3         | 28,5         | 2,4                                  |
| Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир) | 30        | 12,0               | 0,9         | 0,06        | 1,95         | 0,2                                  |
| Напиток клюквенный                             | 200       | 65,0               | 0,1         | 0,1         | 15,9         | 1,3                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами             | 33        | 92,4               | 2,6         | 0,7         | 18,8         | 1,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       |           | <b>573,4</b>       | <b>22,3</b> | <b>19,4</b> | <b>77,0</b>  | <b>6,4</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>        |           |                    |             |             |              |                                      |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью       | 30/15/250 | 107,0              | 11,0        | 0,9         | 13,7         | 1,1                                  |
| Запеканка картофельная с мясом                 | 200       | 259,0              | 11,5        | 13,7        | 22,5         | 1,9                                  |
| Компот из смеси сухофруктов                    | 200       | 86,0               | 0,6         | 0           | 20,9         | 1,7                                  |
| Яблоко   | 1 шт      | 67,0               | 0,6         | 0,6         | 14,7         | 1,2                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами                | 26        | 54,6               | 1,8         | 0,3         | 11,2         | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами             | 31        | 86,8               | 2,1         | 0,6         | 17,7         | 1,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       |           | <b>660,4</b>       | <b>27,6</b> | <b>16,1</b> | <b>100,7</b> | <b>8,3</b>                           |
| <b>Полдник</b>                                 |           |                    |             |             |              |                                      |
| Йогурт фруктовый питьевой                      | 202       | 75,8               | 3,0         | 2,8         | 9,6          | 0,8                                  |
| Сдоба обыкновенная                             | 60        | 191,0              | 4,9         | 3,0         | 35,9         | 2,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       |           | <b>266,8</b>       | <b>7,9</b>  | <b>5,8</b>  | <b>45,5</b>  | <b>3,7</b>                           |

Инженер-техник

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшова Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может использоваться только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.05.23

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                           | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b> |               |                    |             |             |              |                                     |
| Масло сливочное                              | 15            | 99,0               | 0,1         | 10,9        | 0,2          | 0,01                                |
| Сыр порционно                                | 20            | 71,0               | 4,6         | 5,8         | 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         | 0,8                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами          | 42            | 118,0              | 3,4         | 0,8         | 25,1         | 2,1                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>85,20</b>  | <b>563,0</b>       | <b>22,2</b> | <b>28,6</b> | <b>55,0</b>  | <b>4,5</b>                          |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>    |               |                    |             |             |              |                                     |
| Бульон с курным филе, гренками, зеленью      | 30/15/250     | 107,0              | 11,0        | 0,9         | 13,7         | 1,1                                 |
| Запекалка картофельная с мясом               | 200           | 259,0              | 11,5        | 13,7        | 22,5         | 1,9                                 |
| Компот из смеси сухофруктов                  | 200           | 86,0               | 0,6         | 0           | 20,9         | 1,7                                 |
| Я б л о к о                                  | 1шт           | 67,0               | 0,6         | 0,6         | 14,7         | 1,2                                 |
| Хлеб полезный с микронутриентами             | 26            | 55,1               | 1,8         | 0,3         | 11,2         | 0,9                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами          | 31            | 86,8               | 2,5         | 0,6         | 17,7         | 1,5                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>102,24</b> | <b>660,9</b>       | <b>28,0</b> | <b>16,1</b> | <b>100,7</b> | <b>8,3</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

(гипоаллергенное)

на 19.05.2023

Согласовано

Директор школы 128



1 вариант

| Наименование блюда                    | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы    | Примерное количество |
|---------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b> |               |                    |             |             |             |                      |
| Масло сливочное порционно             | 15            | 99                 | 0,12        | 10,88       | 0,2         | 0,0                  |
| Фрикадельки мясные припущенные        | 80            | 124                | 13,8        | 7,3         | 0,9         | 0,                   |
| Рис отварной                          | 150           | 195                | 3,63        | 7,46        | 28,37       | 2,                   |
| Десерт овсяный 1/130                  | 1 шт          | 93                 | 2,5         | 1,2         | 18          | 1,                   |
| Чай с сахаром                         | 205           | 45                 | 0,216       | 0,055       | 10,803      | 0,                   |
| Батон витаминный с микронутриентами   | 31            | 72                 | 2,08        | 0,52        | 14,82       | 1,                   |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>102,24</b> | <b>628,0</b>       | <b>22,3</b> | <b>27,4</b> | <b>73,1</b> | <b>6,1</b>           |

2 вариант (Лунна Морозова)

| Наименование блюда                    | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество |
|---------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b> |               |                    |             |             |             |                      |
| Рыба припущенная                      | 60            | 103                | 14,45       | 4,85        | 0,45        | 0,0                  |
| Рис отварной                          | 150           | 195                | 3,63        | 7,46        | 28,37       | 2,                   |
| Десерт овсяный 1/130                  | 1 шт          | 93                 | 2,5         | 1,2         | 18          | 1,                   |
| Чай с сахаром                         | 205           | 45                 | 0,216       | 0,055       | 10,803      | 0,                   |
| Батон витаминный с микронутриентами   | 19            | 72                 | 2,08        | 0,52        | 14,82       | 1,                   |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>102,24</b> | <b>508,0</b>       | <b>22,9</b> | <b>14,1</b> | <b>72,4</b> | <b>6,0</b>           |

Инженер-технолог  
Стоярова 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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 19.05.2023

Согласовано

Директор школы №128



3 вариант (Глеб)

| Наименование блюда                              | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| <b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>          |               |                    |             |             |              |                      |
| Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью      | 250           | 79                 | 1,554       | 4,979       | 6,936        | 0,6                  |
| Рыба припущенная                                | 60            | 103                | 14,45       | 4,85        | 0,45         | 0,02                 |
| Рис отварной                                    | 150           | 195                | 3,63        | 7,46        | 28,37        | 2,4                  |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 55            | 29                 | 0,48        | 1,54        | 3,4          | 0,3                  |
| Компот из смеси сухофруктов                     | 200           | 94                 | 0,655       | 0           | 22,776       | 1,9                  |
| Яблоко свежее                                   | 1шт           | 67                 | 0,6         | 0,6         | 14,7         | 1,2                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами                 | 25            | 60                 | 1,98        | 0,33        | 12,3         | 1                    |
| Батон витаминный с микроэлементами              | 25            | 72                 | 2,08        | 0,52        | 14,82        | 1,2                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>102,24</b> | <b>699,0</b>       | <b>25,4</b> | <b>20,3</b> | <b>103,8</b> | <b>8,62</b>          |

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.