

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.10.23

Согласовано  
Документов  
Директор школы №



| Наименование блюда                         | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b> |               |                    |             |             |             |                              |
| Масло сливочное порционно 1/15             | 1шт           | 112,0              | 0,1         | 12,4        | 0,1         | 0                            |
| Сыр порционно                              | 25            | 88,0               | 5,7         | 7,3         | 0           | 0                            |
| Бифштекс домашний                          | 90            | 217,0              | 8,1         | 13,4        | 15,9        | 1,3                          |
| Макаронные изделия отварные                | 150           | 178,0              | 5,4         | 4,9         | 27,9        | 2,3                          |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)              | 35            | 9,0                | 0,4         | 0,1         | 1,3         | 0,1                          |
| Чай с сахаром                              | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                          |
| Я б л о к о                                | 1шт           | 53,0               | 0,5         | 0,5         | 11,8        | 0,9                          |
| Батон витаминный с микроэлементами         | 30            | 84,0               | 2,4         | 0,6         | 17,1        | 1,4                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>85,20</b>  | <b>782,0</b>       | <b>22,8</b> | <b>39,3</b> | <b>84,2</b> | <b>6,8</b>                   |
| <b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>    |               |                    |             |             |             |                              |
| Суп молочный с вермишелью                  | 250           | 153,0              | 5,8         | 4,8         | 21,6        | 1,8                          |
| Филе куриное паншированное                 | 90            | 259,0              | 21,3        | 14,9        | 9,9         | 0,8                          |
| Пюре картофельное                          | 150           | 108,0              | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,0                          |
| В а ф л и 1/30                             | 1шт           | 158,0              | 1,1         | 9,4         | 17,3        | 1,4                          |
| Напиток из облепихи                        | 200           | 60,0               | 0           | 0           | 15,0        | 1,3                          |
| Хлеб полезный с микроэлементами            | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                          |
| Батон витаминный с микроэлементами         | 19            | 53,2               | 1,5         | 0,4         | 10,9        | 0,9                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>102,24</b> | <b>844,2</b>       | <b>34,6</b> | <b>35,0</b> | <b>97,6</b> | <b>8,1</b>                   |
| <b>Полдник(льготный+платный)</b>           |               |                    |             |             |             |                              |
| Йогурт фруктовый питьевой                  | 202           | 75,8               | 3,0         | 2,8         | 9,6         | 0,8                          |
| Сдоба обыкновенная                         | 65            | 207,0              | 5,3         | 3,4         | 38,9        | 3,2                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>39,41</b>  | <b>282,7</b>       | <b>8,3</b>  | <b>6,2</b>  | <b>48,5</b> | <b>4,0</b>                   |

Инженер-техник  
Столярова Е.А.

Калькулятор

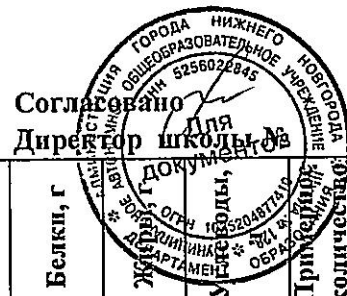
Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

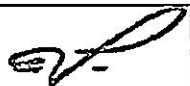
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

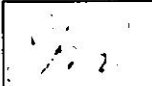
НА 06.10.23



| Наименование блюда                  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------|-----------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>            |           |                    |             |             |             |                                      |
| Масло сливочное порционно 1/15      | 1шт       | 112,0              | 0,1         | 12,4        | 0,1         | 0                                    |
| Сыр порционно                       | 25        | 88,0               | 5,7         | 7,3         | 0           | 0                                    |
| Бифштекс домашний                   | 90        | 217,0              | 8,1         | 13,4        | 15,9        | 1,3                                  |
| Макаронные изделия отварные         | 150       | 178,0              | 5,4         | 4,9         | 27,9        | 2,3                                  |
| Помидоры свежие (доп.гарнир)        | 35        | 9,0                | 0,4         | 0,1         | 1,3         | 0,1                                  |
| Чай с сахаром                       | 200       | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                                  |
| Я б л о к о                         | 1шт       | 53,0               | 0,5         | 0,5         | 11,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30        | 84,0               | 2,4         | 0,6         | 17,1        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            |           | <b>85,20</b>       | <b>22,8</b> | <b>39,3</b> | <b>84,2</b> | <b>6,8</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>               |           |                    |             |             |             |                                      |
| Суп молочный с вермишелью           | 250       | 153,0              | 5,8         | 4,8         | 21,6        | 1,8                                  |
| Филе куриное панированное           | 90        | 259,0              | 21,3        | 14,9        | 9,9         | 0,8                                  |
| Пюре картофельное                   | 150       | 108,0              | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,0                                  |
| В а ф л и 1/30                      | 1шт       | 158,0              | 1,1         | 9,4         | 17,3        | 1,4                                  |
| Напиток из облепихи                 | 200       | 60,0               | 0           | 0           | 15,0        | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25        | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами | 19        | 53,2               | 1,5         | 0,4         | 10,9        | 0,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            |           | <b>102,24</b>      | <b>34,6</b> | <b>35,0</b> | <b>97,6</b> | <b>8,1</b>                           |
| <b>Полдник</b>                      |           |                    |             |             |             |                                      |
| Йогурт фруктовый питьевой           | 202       | 75,8               | 3,0         | 2,8         | 9,6         | 0,8                                  |
| Сдоба обыкновенная                  | 65        | 207,0              | 5,3         | 3,4         | 38,9        | 3,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            |           | <b>39,41</b>       | <b>8,3</b>  | <b>6,2</b>  | <b>48,5</b> | <b>4,0</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

(гипоаллергенное)

на 06.10.2023

(Лунна, Глеб)

Согласовано  
Директор школы №128



| Наименование блюда                 | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц |
|------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b> |               |                    |             |             |              |                                     |
| Суп из овощей с зеленью            | 250           | 96                 | 1,8         | 5,3         | 10,5         | 0,9                                 |
| Пюре картофельное                  | 180           | 151                | 3,0         | 5,6         | 13,8         | 1,2                                 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)         | 130           | 18                 | 1,0         | 0,1         | 3,1          | 0,3                                 |
| Напиток из облепихи                | 200           | 60                 | 0,0         | 0,0         | 15,0         | 1,3                                 |
| Пюре фруктовое                     | 90            | 60                 | 0,0         | 0,0         | 15,0         | 1,3                                 |
| Яблоко                             | 1шт           | 53                 | 0,5         | 0,5         | 11,8         | 0,1                                 |
| Хлеб полезный с микроэлементами    | 26            | 55                 | 1,9         | 0,3         | 11,2         | 0,9                                 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 35            | 98                 | 2,8         | 0,7         | 20,0         | 1,7                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>           | <b>102,24</b> | <b>591</b>         | <b>11,0</b> | <b>12,5</b> | <b>100,5</b> | <b>7,4</b>                          |

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева 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 06.10.2023

(Варвара)

Согласовано для документов  
Директор школы 128



| Наименование блюда                      | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| <b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>      |               |                    |             |             |             |                              |
| Суп с вермишелью и картофелем с зеленью | 250           | 114                | 2,5         | 5,2         | 15,0        | 1,3                          |
| Филе куриное отварное                   | 70            | 99                 | 21,5        | 1,4         | 0,2         | 0,0                          |
| Пюре картофельное                       | 150           | 98                 | 2,5         | 4,7         | 11,5        | 1,0                          |
| Огурцы свежие (доп. гарнир)             | 95            | 14                 | 0,7         | 0,1         | 2,3         | 0,2                          |
| Напиток из облепихи                     | 200           | 60                 | 0,0         | 0,0         | 15,0        | 1,3                          |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 25            | 123                | 3,8         | 0,8         | 25,1        | 2,1                          |
| Хлеб полезный с микронутриентами        | 25            | 123                | 3,8         | 0,8         | 25,1        | 2,1                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                | <b>102,24</b> | <b>631</b>         | <b>34,8</b> | <b>13,0</b> | <b>94,2</b> | <b>7,9</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 06.10.2023

Согласовано  
Директор школы № 128



| Наименование блюда                    | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|---------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b> |              |                    |             |             |             |                                     |
| Филе куриное панированное             | 100          | 296                | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 1,0                                 |
| Рожки отварные                        | 150          | 191                | 5,7         | 5,6         | 29,5        | 2,5                                 |
| Помидоры свежие (доп. гарнир)         | 100          | 21                 | 1,1         | 0,2         | 3,8         | 0,3                                 |
| Яблоко                                | 1шт          | 53                 | 0,5         | 0,5         | 11,8        | 1,0                                 |
| Чай с сахаром                         | 200          | 41                 | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами   | 32           | 90                 | 2,6         | 0,6         | 18,3        | 1,5                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>85,20</b> | <b>692</b>         | <b>34,1</b> | <b>23,7</b> | <b>85,9</b> | <b>7,2</b>                          |

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева 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.

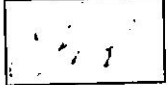
Меню буфетной продукции на 06 ОКТЯБРЯ 23 г



| Наименование блюда                 | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Хлебные единицы |
|------------------------------------|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|-----------------|
| <b>Холодные блюда</b>              |       |           |                    |          |         |             |                 |
| Масло сливочное порционно 1/15     | 11,39 | 1шт       | 112,0              | 0,1      | 12,4    | 0,1         | 0               |
| Сыр порционно                      | 16,38 | 25        | 88,0               | 5,7      | 7,3     | 0           | 0               |
| Масло шоколадное                   | 10,08 | 15        | 98,0               | 0,2      | 9,3     | 3,3         | 0,3             |
| <b>Первые блюда</b>                |       |           |                    |          |         |             |                 |
| Суп молочный с вермишелью          | 13,75 | 250       | 153,0              | 5,8      | 4,8     | 21,6        | 1,8             |
| <b>Вторые блюда</b>                |       |           |                    |          |         |             |                 |
| Бифштекс домашний                  | 41,00 | 90        | 217,0              | 8,1      | 13,4    | 15,9        | 1,3             |
| Плов из говядины                   | 59,67 | 200       | 309,0              | 12,7     | 12,8    | 36,0        | 3,0             |
| Филе куриное паннированное         | 61,69 | 90        | 259,0              | 21,3     | 14,9    | 9,9         | 0,8             |
| <b>Гарниры</b>                     |       |           |                    |          |         |             |                 |
| Макаронные изделия отварные        | 7,32  | 150       | 178,0              | 5,4      | 4,9     | 27,9        | 2,3             |
| Пюре картофельное                  | 15,08 | 150       | 108,0              | 3,1      | 5,2     | 12,1        | 1,0             |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)         | 9,07  | 60        | 8,0                | 0,5      | 0,1     | 1,5         | 0,1             |
| Помидоры свежие (доп.гарнир)       | 5,31  | 35        | 9,0                | 0,4      | 0,1     | 1,3         | 0,1             |
| <b>Напитки</b>                     |       |           |                    |          |         |             |                 |
| Чай с сахаром                      | 1,45  | 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                      | 2,77  | 200/7     | 43,0               | 0,3      | 0,1     | 10,3        | 0,8             |
| Напиток из облепихи                | 8,03  | 200       | 60,0               | 0,0      | 0,0     | 15,0        | 1,3             |
| <b>Хлеб</b>                        |       |           |                    |          |         |             |                 |
| Хлеб полезный с микроэлементами    | 1,77  | 25        | 53,0               | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 0,9             |
| Батон витаминный с микроэлементами | 3,14  | 25        | 70,0               | 2,0      | 0,5     | 14,3        | 1,3             |

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 06.10.23



| 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 шоколадное                             | 15            | 98,0               | 0,2         | 9,3         | 3,3         | 0,3                                  |
| Плов из говядины                             | 200           | 309,0              | 12,7        | 12,8        | 36,0        | 3,0                                  |
| Огурцы свежие (доп. гарнир)                  | 60            | 8,0                | 0,5         | 0,1         | 1,5         | 0,1                                  |
| Чай с лимоном                                | 200/7         | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 0,8                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами           | 29            | 81,2               | 2,3         | 0,6         | 16,6        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>85,20</b>  | <b>539,2</b>       | <b>16,0</b> | <b>22,9</b> | <b>67,7</b> | <b>5,6</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп молочный с вермишелью                    | 250           | 153,0              | 5,8         | 4,8         | 21,6        | 1,8                                  |
| Филе куриное панированное                    | 90            | 259,0              | 21,3        | 14,9        | 9,9         | 0,8                                  |
| Пюре картофельное                            | 180           | 130,0              | 3,8         | 6,3         | 14,5        | 1,2                                  |
| Напиток из облепихи                          | 200           | 60,0               | 0           | 0           | 15,0        | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами              | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами           | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3        | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>102,24</b> | <b>725,0</b>       | <b>34,7</b> | <b>26,8</b> | <b>86,1</b> | <b>7,2</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b> |               |                    |             |             |             |                                      |
| Компот из яблок                              | 200           | 58,0               | 0,2         | 0,2         | 13,9        | 1,2                                  |
| Пицца "Школьная"                             | 100           | 274,0              | 13,5        | 10,4        | 31,5        | 2,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>39,41</b>  | <b>332,0</b>       | <b>13,7</b> | <b>10,6</b> | <b>45,4</b> | <b>3,8</b>                           |

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.