

128

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.10.23

Согласовано Для  
Директор документов №



| 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                    | 1 шт          | 112,0              | 0,1         | 12,4        | 0,1         | 0                                    |
| Котлета куриная                                   | 90            | 156,0              | 14,6        | 7,9         | 5,2         | 0,4                                  |
| Рис отварной                                      | 150           | 185,0              | 3,7         | 6,3         | 28,5        | 2,4                                  |
| Чай с сахаром                                     | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                                  |
| Яблоко  | 1 шт          | 53,0               | 0,5         | 0,5         | 11,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами                | 44            | 123,2              | 3,5         | 0,9         | 25,2        | 2,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                          | <b>85,20</b>  | <b>670,2</b>       | <b>22,6</b> | <b>28,1</b> | <b>80,9</b> | <b>6,6</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                             |               |                    |             |             |             |                                      |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью | 10/250        | 78,0               | 4,0         | 3,9         | 6,9         | 0,6                                  |
| Жаркое по-домашнему                               | 200           | 215,0              | 13,3        | 9,4         | 19,2        | 1,6                                  |
| Кукуруза консервированная (доп. гарнир)           | 50            | 163,0              | 5,2         | 2,5         | 30,0        | 2,5                                  |
| Компот из ягод                                    | 200           | 49,0               | 0,2         | 0,1         | 12,0        | 1,0                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами                   | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами                | 26            | 72,8               | 2,1         | 0,5         | 14,8        | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                          | <b>102,24</b> | <b>630,8</b>       | <b>26,6</b> | <b>16,7</b> | <b>93,7</b> | <b>7,8</b>                           |
| <b>Полдник</b>                                    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Йогурт фруктовый питьевой                         | 204           | 76,5               | 3,1         | 2,9         | 9,7         | 0,8                                  |
| Сдоба обыкновенная                                | 60            | 191,0              | 4,9         | 3,0         | 35,9        | 3,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                          | <b>39,41</b>  | <b>267,5</b>       | <b>8,0</b>  | <b>5,9</b>  | <b>45,6</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.10.23

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>        |           |                    |              |             |             |                                     |            |
| Масло сливочное порционно 1/15                    | 1шт       | 112,0              | 0,1          | 12,4        | 0,1         | 0                                   |            |
| Котлета куриная                                   | 90        | 156,0              | 14,6         | 7,9         | 5,2         | 0,4                                 |            |
| Рис отварной                                      | 150       | 185,0              | 3,7          | 6,3         | 28,5        | 2,4                                 |            |
| 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                | 44        | 123,2              | 3,5          | 0,9         | 25,2        | 2,1                                 |            |
| <b>Стоимость рациона</b>                          |           | <b>85,20</b>       | <b>670,2</b> | <b>22,6</b> | <b>28,1</b> | <b>80,9</b>                         | <b>6,6</b> |
| <b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>           |           |                    |              |             |             |                                     |            |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью | 10/250    | 78,0               | 4,0          | 3,9         | 6,9         | 0,6                                 |            |
| Жаркое по-домашнему                               | 200       | 215,0              | 13,3         | 9,4         | 19,2        | 1,6                                 |            |
| Кукуруза консервированная ( доп.гарнир)           | 50        | 163,0              | 5,2          | 2,5         | 30,0        | 2,5                                 |            |
| Компот из ягод                                    | 200       | 49,0               | 0,2          | 0,1         | 12,0        | 1,0                                 |            |
| Хлеб полезный с микроэлементами                   | 25        | 53,0               | 1,8          | 0,3         | 10,8        | 0,9                                 |            |
| Батон витаминный с микроэлементами                | 26        | 72,8               | 2,1          | 0,5         | 14,8        | 1,2                                 |            |
| <b>Стоимость рациона</b>                          |           | <b>102,24</b>      | <b>630,8</b> | <b>26,6</b> | <b>16,7</b> | <b>93,7</b>                         | <b>7,8</b> |
| <b>Полдник(льготный+платный)</b>                  |           |                    |              |             |             |                                     |            |
| Йогурт фруктовый питьевой                         | 204       | 76,5               | 3,1          | 2,9         | 9,7         | 0,8                                 |            |
| Сдоба обыкновенная                                | 60        | 191,0              | 4,9          | 3,0         | 35,9        | 3,0                                 |            |
| <b>Стоимость рациона</b>                          |           | <b>39,41</b>       | <b>267,5</b> | <b>8,0</b>  | <b>5,9</b>  | <b>45,6</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.10.23



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 порционно 1/15                    | 1 шт      | 112,0              | 0,1         | 12,4        | 0,1         | 0                                    |
| Биточки домашние                                  | 100       | 198,0              | 13,8        | 11,3        | 10,1        | 0,8                                  |
| Рис отварной                                      | 180       | 220,0              | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 2,8                                  |
| Помидоры свежие (доп.гарнир)                      | 70        | 15,0               | 0,8         | 0,1         | 2,7         | 0,2                                  |
| Чай с сахаром                                     | 200       | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами                | 37        | 103,6              | 3,0         | 0,7         | 21,2        | 1,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                          |           | <b>85,20</b>       | <b>22,3</b> | <b>32,1</b> | <b>77,9</b> | <b>6,4</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>         |           |                    |             |             |             |                                      |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью | 10/250    | 78,0               | 4,0         | 3,9         | 6,9         | 0,6                                  |
| Жаркое по-домашнему                               | 200       | 215,0              | 13,3        | 9,4         | 19,2        | 1,6                                  |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)                        | 50        | 7,0                | 0,4         | 0,1         | 1,3         | 0,1                                  |
| Компот из ягод                                    | 200       | 49,0               | 0,2         | 0,1         | 12,0        | 1,0                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами                   | 25        | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами                | 29        | 81,2               | 2,3         | 0,6         | 16,6        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                          |           | <b>102,24</b>      | <b>22,0</b> | <b>14,4</b> | <b>66,8</b> | <b>5,6</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>      |           |                    |             |             |             |                                      |
| Напиток из шиповника                              | 200       | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,1                                  |
| Пирожок печеный сдобный с мясом, луком            | 80        | 208,0              | 10,3        | 9,9         | 19,4        | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                          |           | <b>39,41</b>       | <b>11,0</b> | <b>10,2</b> | <b>44,0</b> | <b>3,7</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

(гипоаллергенное)

на 20.10.2023

Согласовано  
Директор школы 128



(Алёна)

| Наименование блюда                    | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|---------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b> |              |                    |             |             |             |                              |
| Фрикадельки мясные припущенные        | 100          | 214                | 22,3        | 13,5        | 0,9         | 0,1                          |
| Рис отварной                          | 150          | 226                | 3,6         | 7,5         | 28,4        | 2,4                          |
| Помидоры свежие (доп. гарнир)         | 60           | 13                 | 0,7         | 0,1         | 2,3         | 0,2                          |
| 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   | 26           | 73                 | 2,1         | 0,5         | 14,9        | 1,2                          |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>85,20</b> | <b>620</b>         | <b>29,4</b> | <b>22,2</b> | <b>68,4</b> | <b>5,7</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 20.10.2023

(Лунна, Глеб)



| Наименование блюда                         | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углевод Г    | Примерное количество углеводов |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| <b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>         |               |                    |             |             |              |                                |
| Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью | 250           | 79                 | 1,6         | 5,0         | 7,0          | 0,6                            |
| Рис отварной                               | 150           | 226                | 3,6         | 7,5         | 28,4         | 2,4                            |
| Помидоры свежие (доп. гарнир)              | 45            | 10                 | 0,5         | 0,1         | 1,7          | 0,1                            |
| Кукуруза консервированная (доп. гарнир)    | 50            | 163                | 5,2         | 2,5         | 30,0         | 2,5                            |
| Яблоко                                     | 1шт           | 53                 | 0,5         | 0,5         | 11,8         | 1,0                            |
| Пюре фруктовое                             | 90            | 60                 | 0,0         | 0,0         | 15,0         | 1,3                            |
| Компот из ягод                             | 200           | 49                 | 0,2         | 0,1         | 12,0         | 1,0                            |
| Хлеб полезный с микроэлементами            | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 0,9                            |
| Батон витаминный с микроэлементами         | 33            | 92                 | 2,6         | 0,7         | 18,9         | 1,6                            |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>102,24</b> | <b>785</b>         | <b>16,0</b> | <b>16,7</b> | <b>135,6</b> | <b>11,3</b>                    |

Инженер-технолог

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

производство

Корнева Е.И.

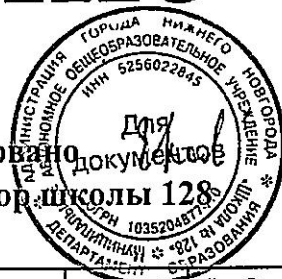
\* - информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. лабораторные исследования не проводились. Показатели могут быть использованы только для примерной оценки количества углеводов в блюде

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 20.10.2023

Согласовано  
Директор школы 128



(Варвара)

| Наименование блюда                  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|-------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| <b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>  |               |                    |             |             |             |                              |
| Суп картофельный с мясом, зеленью   | 10/250        | 108                | 4,5         | 4,0         | 13,5        | 1,1                          |
| Жаркое по-домашнему                 | 200           | 215                | 13,3        | 9,4         | 19,2        | 1,6                          |
| Огурцы свежие (доп. гарнир)         | 120           | 17                 | 1,0         | 0,1         | 2,9         | 0,2                          |
| Компот из ягод                      | 200           | 49                 | 0,2         | 0,1         | 12,0        | 1,0                          |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                          |
| Батон витаминный с микронутриентами | 31            | 87                 | 2,5         | 0,6         | 17,7        | 1,5                          |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>102,24</b> | <b>529</b>         | <b>23,2</b> | <b>14,6</b> | <b>76,1</b> | <b>6,3</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.

Меню буфетной продукции на 20 ОКТЯБР 23 г



| Наименование блюд                                 | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Количество |
|---|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|------------|
| <b>Холодные блюда</b>                             |       |           |                    |          |         |             |            |
| Масло сливочное порционно 1/15                    | 11,39 | 1шт       | 112,0              | 0,1      | 12,4    | 0,1         | 0          |
| <b>Первые блюда</b>                               |       |           |                    |          |         |             |            |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью | 21,16 | 10/250    | 78,0               | 4,0      | 3,9     | 6,9         | 0,6        |
| <b>Вторые блюда</b>                               |       |           |                    |          |         |             |            |
| Котлета куриная                                   | 56,24 | 90        | 156,0              | 14,6     | 7,9     | 5,2         | 0,4        |
| Биточки домашние                                  | 42,83 | 100       | 198,0              | 13,8     | 11,3    | 10,1        | 0,8        |
| Жаркое по-домашнему                               | 60,22 | 200       | 215,0              | 13,3     | 9,4     | 19,2        | 1,6        |
| <b>Гарниры</b>                                    |       |           |                    |          |         |             |            |
| Рис отварной                                      | 12,07 | 150       | 185,0              | 3,7      | 6,3     | 28,5        | 2,4        |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)                       | 7,56  | 50        | 7,0                | 0,4      | 0,1     | 1,3         | 0,1        |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                     | 10,62 | 70        | 15,0               | 0,8      | 0,1     | 2,7         | 0,2        |
| Кукуруза консервированная ( доп.гарнир)           | 21,20 | 50        | 163,0              | 5,2      | 2,5     | 30,0        | 2,5        |
| <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          |
| Компот из ягод                                    | 7,92  | 200       | 49,0               | 0,2      | 0,1     | 12,0        | 1,0        |
| <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        | 1,2        |

Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшцева 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.