

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.09.23

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	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Я б л о к о	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>781,0</b>	<b>21,8</b>	<b>36,6</b>	<b>91,4</b>	<b>7,5</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
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гарнир)	45	46,0	0,7	2,3	5,5	0,4
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микроэлементами	26	55,1	1,9	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>602,7</b>	<b>29,8</b>	<b>13,7</b>	<b>89,6</b>	<b>7,4</b>
<b>Полдник 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>528,0</b>	<b>26,6</b>	<b>20,3</b>	<b>59,5</b>	<b>4,9</b>

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

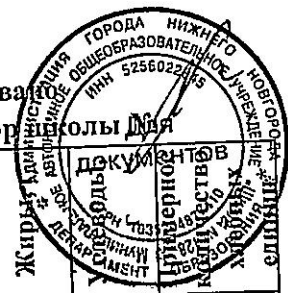
Малышева Г.А.

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 29 СЕНТЯБРЯ 23 г

Согласовано  
Директор



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Соль, г
Масло сливочное порционно 1/15	11,39	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Сыр порционно	9,83	15	53,0	3,5	4,4	0	0
<b>Первые блюда</b>							
Бульон скуриным филе, гренками, зеленью	34,14	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
<b>Вторые блюда</b>							
Индейка с булгуром	54,65	200	350,0	12,8	15,5	39,8	3,3
Жаркое по-домашнему	60,22	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
Бифштекс домашний	41,00	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
<b>Гарниры</b>							
Вермишель отварная	7,32	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	8,01	45	46,0	0,7	2,3	5,5	0,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	10,62	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
<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
Напиток из шиповника	7,85	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	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.

128

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.09.23

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>						
Масло сливочное порционно 1/15	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Я б л о к о	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>781,0</b>	<b>21,8</b>	<b>36,6</b>	<b>91,4</b>	<b>7,5</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
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гарнир)	45	46,0	0,7	2,3	5,5	0,4
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микроэлементами	26	55,1	1,9	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>602,7</b>	<b>29,8</b>	<b>13,7</b>	<b>89,6</b>	<b>7,4</b>
<b>Полдник 1-4 класс</b>						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>528,0</b>	<b>26,6</b>	<b>20,3</b>	<b>59,5</b>	<b>4,9</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 использоваться только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 29.09.2023

(Лунна, Глеб)

Согласовано  
Директор школы



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 картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Рагу овощное	150	115	2,1	7,3	10,3	0,9
Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	7	0,4	0,1	1,2	0,1
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	65	59	0,9	3,0	6,8	0,6
Фрукты свежие	150	67	0,6	0,6	14,7	1,2
Пюре фруктовое	90	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Напиток из плодов шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	28	70	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>643</b>	<b>10,5</b>	<b>17,2</b>	<b>111,7</b>	<b>9,3</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 29.09.2023

(Варвара)

Согласовано  
Директор школы № 128



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество
<b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	107	11,0	0,9	13,7	1
Жаркое по-домашнему	200	226	10,1	12,0	19,3	1
Огурцы свежие (доп.гарнир)	65	9	0,5	0,1	1,5	0
Напиток из плодов шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2
Батон витаминный с микронутриентами	25	78	2,2	0,6	16,0	1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>524</b>	<b>24,5</b>	<b>13,8</b>	<b>75,1</b>	<b>6</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 29.09.2023

Согласовано  
Директор школы 128



(Алёна)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерно количество хлебных единиц*
<i>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</i>						
Птица отварная	60	131	10,7	9,7	0,3	0,0
Вермишель отварная	150	191	5,7	5,6	29,5	2,5
Помидоры свежие (доп. гарнир)	20	4	0,2	0,0	0,8	0,1
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 микроэлементами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>490</b>	<b>19,3</b>	<b>16,4</b>	<b>66,8</b>	<b>5,6</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

НА 29.09.23

Согласовано  
Директор



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углевод. 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
Индеекa с булгуром	200	350,0	12,8	15,5	39,8	3,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	30	6,0	0,3	0,1	1,1	0,09
Я б л о к о	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>643,2</b>	<b>16,2</b>	<b>29,2</b>	<b>79,5</b>	<b>6,6</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гречками , зеленью	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,6
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>549,0</b>	<b>28,8</b>	<b>11,4</b>	<b>82,6</b>	<b>6,9</b>
<b>Полдник 5-11класс (льготный+платный)</b>						
Компот из свежих 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-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.