

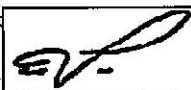
128

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.11.23



| Наименование блюда  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Жаркое по-домашнему с маслом  | 200/5         | 253,0              | 13,3        | 13,5        | 19,2        | 1,6                                  |
| Огурцы консервированные (доп. гарнир)                                       | 30            | 5,0                | 0,2         | 2,0         | 0,9         | 0,07                                 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный                                   | 200           | 112,0              | 0           | 0           | 28,0        | 2,3                                  |
| М а н д а р и н   | 1шт           | 35,0               | 0,8         | 0,2         | 7,5         | 0,6                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами   | 30            | 84,0               | 2,4         | 0,6         | 17,1        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>85,20</b>  | <b>489,0</b>       | <b>16,7</b> | <b>16,3</b> | <b>72,7</b> | <b>6,0</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>   |               |                    |             |             |             |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью              | 10/255        | 94,0               | 4,2         | 4,5         | 9,2         | 0,7                                  |
| Филе куриное панированное   | 100           | 296,0              | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 1,0                                  |
| Рис отварной  | 150           | 185,0              | 3,7         | 6,3         | 28,5        | 2,4                                  |
| Компот из яблок   | 200           | 58,0               | 0,2         | 0,2         | 13,9        | 1,2                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами  | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами   | 33            | 92,4               | 2,6         | 0,7         | 18,8        | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>102,24</b> | <b>778,4</b>       | <b>36,5</b> | <b>28,7</b> | <b>93,6</b> | <b>7,8</b>                           |
| <b>Полдник</b>  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Пирожок печеный сдобный с курагой   | 75            | 174,0              | 4,6         | 4,0         | 30,1        | 2,5                                  |
| Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В <sub>2</sub> | 200           | 140,0              | 2,0         | 6,4         | 19,0        | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>39,41</b>  | <b>314,0</b>       | <b>6,6</b>  | <b>10,4</b> | <b>49,1</b> | <b>4,1</b>                           |

Инженер-техник  
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 29.11.23

Согласовано  
Для документов  
Директор школы № 10



| Наименование блюда  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>                                  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Жаркое по-домашнему с маслом  | 200/5         | 253,0              | 13,3        | 13,5        | 19,2        | 1,6                                  |
| Огурцы консервированные ( доп.гарнир)                                       | 30            | 5,0                | 0,2         | 2,0         | 0,9         | 0,07                                 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный                                   | 200           | 112,0              | 0           | 0           | 28,0        | 2,3                                  |
| М а н д а р и н   | 1шт           | 35,0               | 0,8         | 0,2         | 7,5         | 0,6                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами  | 30            | 84,0               | 2,4         | 0,6         | 17,1        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>85,20</b>  | <b>489,0</b>       | <b>16,7</b> | <b>16,3</b> | <b>72,7</b> | <b>6,0</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>                                     |               |                    |             |             |             |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью              | 10/255        | 94,0               | 4,2         | 4,5         | 9,2         | 0,7                                  |
| Филе куриное панированное   | 100           | 296,0              | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 1,0                                  |
| Рис отварной  | 150           | 185,0              | 3,7         | 6,3         | 28,5        | 2,4                                  |
| Компот из яблок   | 200           | 58,0               | 0,2         | 0,2         | 13,9        | 1,2                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами   | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами  | 33            | 92,4               | 2,6         | 0,7         | 18,8        | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>102,24</b> | <b>778,4</b>       | <b>36,5</b> | <b>28,7</b> | <b>93,6</b> | <b>7,8</b>                           |
| <b>Полдник(льготный+платный)</b>  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Пирожок печеный сдобный с курагой   | 75            | 174,0              | 4,6         | 4,0         | 30,1        | 2,5                                  |
| Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В <sub>2</sub> | 200           | 140,0              | 2,0         | 6,4         | 19,0        | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>39,41</b>  | <b>314,0</b>       | <b>6,6</b>  | <b>10,4</b> | <b>49,1</b> | <b>4,1</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

НА 29.11.23

Согласовано  
Директор школы №10



| Наименование блюда   | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>                   |               |                    |             |             |             |                                     |
| Жаркое по-домашнему  | 200           | 215,0              | 13,3        | 9,4         | 19,2        | 1,6                                 |
| Огурцы консервированные (доп. гарнир)                          | 20            | 3,0                | 0,2         | 0,0         | 0,6         | 0,05                                |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный                      | 200           | 112,0              | 0,0         | 0,0         | 28,0        | 2,3                                 |
| Б л о к о  | 130           | 58,0               | 0,5         | 0,5         | 12,7        | 1,1                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами                            | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3        | 1,2                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                                       | <b>85,20</b>  | <b>458,0</b>       | <b>16,0</b> | <b>10,4</b> | <b>74,8</b> | <b>6,2</b>                          |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>                      |               |                    |             |             |             |                                     |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью | 10/255        | 94,0               | 4,2         | 4,5         | 9,2         | 0,8                                 |
| Филе куриное панированное                                      | 100           | 296,0              | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 1,0                                 |
| Рис отварной   | 180           | 220,0              | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 2,8                                 |
| Чай с сахаром  | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                                 |
| Хлеб полезный с микронутриентами                               | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами                            | 30            | 84,0               | 2,4         | 0,6         | 17,1        | 1,4                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                                       | <b>102,24</b> | <b>788,0</b>       | <b>37,0</b> | <b>29,7</b> | <b>93,3</b> | <b>7,7</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>                   |               |                    |             |             |             |                                     |
| Пирожок печеный сдобный с курицей и капустой                   | 75            | 160,0              | 8,8         | 5,6         | 18,6        | 1,6                                 |
| Б л о к о  | 1 шт          | 58,0               | 0,5         | 0,5         | 12,7        | 1,1                                 |
| Напиток из облепихи  | 200           | 60,0               | 0,0         | 0,0         | 15,0        | 1,2                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                                       | <b>39,41</b>  | <b>278,0</b>       | <b>9,3</b>  | <b>6,1</b>  | <b>46,3</b> | <b>3,9</b>                          |

Инженер-техн

Столярова Е.А.

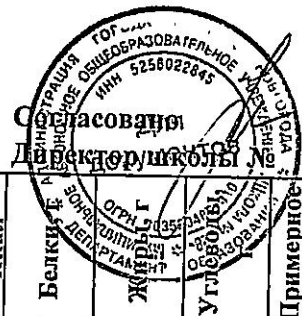
Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

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

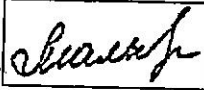
Меню буфетной продукции на 29 НОЯБРЯ 23 г

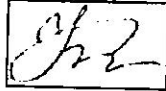


| Наименование блюда   | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество |
|--|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|----------------------|
| <b>Холодные блюда</b>  |       |           |                    |          |         |             |                      |
| <b>Первые блюда</b>  |       |           |                    |          |         |             |                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью | 23,44 | 10/255    | 94,0               | 4,2      | 4,5     | 9,2         | 0                    |
| <b>Вторые блюда</b>  |       |           |                    |          |         |             |                      |
| Жаркое по-домашнему  | 60,22 | 200       | 215,0              | 13,3     | 9,4     | 19,2        | 1,                   |
| Филе куриное панированное                                      | 69,38 | 100       | 296,0              | 24,0     | 16,7    | 12,4        | 1,                   |
| <b>Гарниры</b>   |       |           |                    |          |         |             |                      |
| Рис отварной   | 12,07 | 150       | 185,0              | 3,7      | 6,3     | 28,5        | 2,                   |
| Огурцы консервированные ( доп.гарнир)                          | 5,99  | 30        | 5,0                | 0,2      | 0,0     | 0,9         | 0,0                  |
| <b>Напитки</b>   |       |           |                    |          |         |             |                      |
| Чай с сахаром  | 1,45  | 200       | 41,0               | 0,2      | 0,1     | 10,1        | 0,                   |
| Чай без сахара   | 0,42  | 200       | 2,0                | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0                    |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный                      | 7,56  | 200       | 112,0              | 0,0      | 0,0     | 28,0        | 2,                   |
| Компот из яблок  | 4,74  | 200       | 58,0               | 0,2      | 0,2     | 13,9        | 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

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

(гипоаллергенное)

на 29.11.2023

(Лунна, Глеб)

Согласовано  
Директор школы 12800



| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>            |               |                    |             |             |              |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью | 250           | 98                 | 1,7         | 4,9         | 9,8          | 0,8                                  |
| Рис отварной                                  | 150           | 226                | 3,6         | 7,5         | 28,4         | 2,4                                  |
| Огурцы консервированные (доп. гарнир)         | 30            | 5                  | 0,2         | 0,0         | 0,9          | 0,1                                  |
| Яблоко  | 1шт           | 58                 | 0,5         | 0,5         | 12,7         | 1,1                                  |
| Пюре фруктовое                                | 90            | 60                 | 0,0         | 0,0         | 15,0         | 1,3                                  |
| Компот из яблок                               | 200           | 58                 | 0,2         | 0,2         | 13,9         | 1,2                                  |
| Сок фруктовый фасованный                      | 200           | 90                 | 0,0         | 0,0         | 22,4         | 1,9                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 25            | 70                 | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>102,24</b> | <b>718</b>         | <b>10,0</b> | <b>13,9</b> | <b>128,2</b> | <b>10,7</b>                          |

Инженер-технолог

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева Г.А.

производство

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 29.11.2023

Согласовано  
Директор школы №28



(Варвара)

| Наименование блюда                                   | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>                   |               |                    |             |             |              |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, зеленью | 10/250        | 4,0                | 3,8         | 9,1         | 86           | 28                                   |
| Филе куриное отварное                                | 75            | 23,0               | 1,5         | 0,4         | 108          | 10                                   |
| Рис отварной   | 150           | 3,7                | 6,3         | 28,5        | 185          | 1                                    |
| Компот из яблок                                      | 200           | 0,2                | 0,2         | 13,9        | 58           | 7                                    |
| Хлеб полезный с микронутриентами                     | 24            | 51                 | 1,7         | 0,3         | 10,4         | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                  | 24            | 67                 | 1,9         | 0,5         | 13,7         | 1,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                             | <b>102,24</b> | <b>149</b>         | <b>15,4</b> | <b>52,7</b> | <b>461,1</b> | <b>48,0</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 29.11.2023

(Алёна)

Согласовано  
Директор школы №28



| Наименование блюда                        | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|---|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>     |              |                    |             |             |             |                                     |
| Жаркое по-домашнему                       | 200          | 215                | 13,3        | 9,4         | 19,2        | 1,6                                 |
| Огурцы консервированные (доп. гарнир)     | 30           | 5                  | 0,2         | 0,0         | 0,9         | 0,1                                 |
| Мандарин                                  | 1 шт         | 42                 | 1,0         | 0,2         | 9,0         | 0,8                                 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200          | 112                | 0,0         | 0,0         | 28,0        | 2,3                                 |
| Батон витаминный с микроэлементами        | 33           | 92                 | 2,6         | 0,7         | 18,9        | 1,6                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>85,20</b> | <b>466</b>         | <b>17,1</b> | <b>10,4</b> | <b>76,0</b> | <b>6,3</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.