

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 14.10.2021

Согласовано
М.о. Директор школы № 105

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|---|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| Завтрак 1-4 кл (льготный+платный) | | | | | | |
| Сыр порционно | 15 | 54 | 3,5 | 4,5 | 0 | 0 |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/30 | 406 | 24,9 | 18,1 | 45,8 | 3,8 |
| Чай с сахаром,лимоном | 200/7 | 44 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 23 | 64,4 | 1,8 | 0,5 | 13,1 | 1,1 |
| Стоимость рациона | 66,00 | 568,4 | 30,5 | 23,2 | 69,2 | 5,8 |
| Обед 1-4 кл (льготный+платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом,мясом,зеленью | 10/250 | 143 | 8,47 | 3,3 | 15,2 | 1,3 |
| Филе куриное панированное | 90 | 273 | 21 | 9,5 | 9,3 | 0,8 |
| Пюре картофельное | 150 | 138 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 79 | 0,2 | 0,2 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 30 | 63 | 2,1 | 0,3 | 12,9 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 80,00 | 696,0 | 34,9 | 18,7 | 68,4 | 5,7 |
| Полдник | | | | | | |
| Оладьи с вареньем | 100/30 | 319 | 7,4 | 6,8 | 59,0 | 4,9 |
| Чай с сахаром,лимоном | 200/10 | 44 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 0,9 |
| Яблоко | 1шт | 57 | 0,5 | 0,5 | 11,7 | 1 |
| Стоимость рациона | 30,00 | 420,0 | 8,2 | 7,4 | 81,0 | 6,8 |

Инженер-техно.

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.

105

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ




НА 14.10.2021

№ 105
Согласовано
Директор школы № 105

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Сыр порционно | 10 | 36 | 2,3 | 3 | 0 | 0 |
| Масло сливочное порционно | 10 | 66 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0 |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/20 | 375 | 25,2 | 19,4 | 34,2 | 2,9 |
| Кисломолчный напиток "Биолакт" | 1шт | 75 | 2,8 | 3,2 | 8,6 | 0,7 |
| Чай с сахаром | 200 | 41 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 22 | 61,6 | 1,8 | 0,4 | 12,5 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 80,05 | 654,6 | 32,4 | 33,4 | 65,5 | 5,4 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 10/250 | 143 | 8,47 | 3,3 | 15,2 | 1,3 |
| Филе куриное панированное | 90 | 273 | 21 | 9,5 | 9,3 | 0,8 |
| Пюре картофельное | 150 | 138 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 79 | 0,2 | 0,2 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 40 | 84 | 2,8 | 4,1 | 17,2 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 80,05 | 717,0 | 35,6 | 22,5 | 72,7 | 6,1 |
| Полдник | | | | | | |
| Оладьи с вареньем | 100/30 | 319 | 7,4 | 6,8 | 59,0 | 4,9 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200/10 | 44 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 0,9 |
| Яблоко | 1шт | 57 | 0,5 | 0,5 | 11,7 | 1 |
| Стоимость рациона | 30,00 | 420,0 | 8,2 | 7,4 | 81,0 | 6,8 |

Инженер-техно.
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 14.10.2021

Согласовано

№. Директор школы № 105

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|---|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| Завтрак 5-11 кл (льготный+платный) | | | | | | |
| Сыр порционно | 15 | 54 | 3,5 | 4,5 | 0 | 0 |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/30 | 406 | 24,9 | 18,1 | 45,8 | 3,8 |
| Чай с сахаром,лимоном | 200/7 | 44 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 33 | 92,4 | 2,6 | 0,6 | 18,8 | 1,5 |
| Стоимость рациона | 66,00 | 596,4 | 31,3 | 23,3 | 74,9 | 6,2 |
| Обед 5-11 кл (льготный+платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом,мясом,зеленью | 10/250 | 143 | 8,47 | 3,3 | 15,2 | 1,3 |
| Филе куриное панированное | 90 | 273 | 21 | 9,5 | 9,3 | 0,8 |
| Пюре картофельное | 150 | 138 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 79 | 0,2 | 0,2 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 30 | 63 | 2,1 | 0,3 | 12,9 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 80,00 | 696,0 | 34,9 | 18,7 | 68,4 | 5,7 |

Инженер-техно

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.