

105


ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

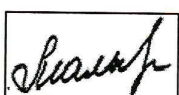



НА 15.10.2021

№ 0, **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	15	55	3,5	4,4	0	0
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,4
Булгур с овощами, кукурузой	150	278	7,3	9,3	33,2	2,8
Огурцы свежие (доп гарнир)	25	4	0,2	0,04	0,7	0,05
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2,0
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	36	100,8	2,9	0,7	20,5	1,7
Стоимость рациона	80,05	793,8	32,9	26,64	95,4	7,9
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81	4,65	3,0	7,7	0,6
Жаркое по-домашнему	200	225	3,3	9,43	19,21	1,6
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,3
Хлеб полезный с микронутриентами	31	65	2,2	0,3	13,3	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	37	103,6	3,0	0,7	21,1	1,8
Стоимость рациона	80,05	586,6	13,2	13,43	89,3	7,4
Полдник						
Йогурт фруктовый питьевой	195	146	5,9	5,5	18,5	1,5
Пирожок печеный сдобный с джемом	75	224	3,6	3,9	36,6	3,1
Стоимость рациона	30,00	370,0	9,5	9,4	55,1	4,6

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

НА 15.10.2021

Согласовано

Директор



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 кл (льготный+платный)						
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,4
Булгур с овощами, кукурузой	150	278	7,3	9,3	33,2	2,8
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микроэлементами	21	58,8	1,7	0,4	12,0	1,0
Стоимость рациона	66,00	635,8	27,5	21,4	74,5	6,2
Обед 1-4 кл(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81	4,65	3,0	7,7	0,6
Жаркое по-домашнему	200	225	3,3	9,43	19,21	1,6
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микроэлементами	30	63	2,1	0,3	12,9	1,1
Стоимость рациона	80,00	410,0	10,3	12,83	49,9	4,1
Полдник						
Йогурт фруктовый питьевой	195	146	5,9	5,5	18,5	1,5
Пирожок печеный сдобный с джемом	75	224	3,6	3,9	36,6	3,1
Стоимость рациона	30,00	370,0	9,5	9,4	55,1	4,6

Инженер-технолог
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 15.10.2021

№ 0, 705
Согласовано
Директор пищеблока

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 кл (льготный+платный)						
Котлета из говядины	90	234	14,0	12,2	13,3	1,1
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	66,00	561,0	19,9	19,1	66,2	5,5
Обед 5-11 кл (льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81	4,65	3,0	7,7	0,6
Жаркое по-домашнему	200	225	3,3	9,43	19,21	1,6
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,3
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63	2,1	0,3	12,9	1,1
Стоимость рациона	80,00	481,0	10,05	12,73	67,8	5,6

Инженер-технол

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.