

105

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.11.2021



Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционно	10	36,0	2,3	3,0	0	0
Котлета из говядины	90	234,0	14,0	12,2	13,3	1,1
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	125,0	2,3	1,8	25,0	2,1
Мандарин	1шт	38,0	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>80,05</b>	<b>769,0</b>	<b>27,4</b>	<b>30,0</b>	<b>91,0</b>	<b>7,5</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81,0	4,65	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная с маслом	80/5	142,0	11,8	8,9	4,0	0,3
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Компот из сухофруктов	200	83,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	34	71,4	2,4	0,3	14,6	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>593,4</b>	<b>23,2</b>	<b>18,5</b>	<b>75,7</b>	<b>6,3</b>
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый 0,2	1шт	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Хачапури	70	227,0	9,0	10,6	19,5	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>317,0</b>	<b>9,9</b>	<b>10,6</b>	<b>41,9</b>	<b>3,5</b>

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 19.11.2021



Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Котлета из говядины	90	234,0	14,0	12,2	13,3	1,1
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	125,0	2,3	1,8	25,0	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	41	114,8	3,3	0,8	23,4	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>725,8</b>	<b>25,2</b>	<b>27,0</b>	<b>89,8</b>	<b>7,4</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81,0	4,65	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	80	109,0	11,7	5,2	3,9	0,3
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Компот из сухофруктов	200	83,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>629,0</b>	<b>25,6</b>	<b>19,0</b>	<b>79,7</b>	<b>6,6</b>
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый 0,2	1 шт	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Хачапури	70	227,0	9,0	10,6	19,5	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>317,0</b>	<b>9,9</b>	<b>10,6</b>	<b>41,9</b>	<b>3,5</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 19.11.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Гуляш из говядины	100	138,0	9,6	9,6	3,5	0,3
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Яблоко	1шт	57,0	0,5	0,5	11,7	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	22	61,6	17,6	0,4	12,5	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>486,6</b>	<b>33,5</b>	<b>15,5</b>	<b>66,0</b>	<b>5,5</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81,0	4,65	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	80	109,0	11,7	5,2	3,9	0,3
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Компот из сухофруктов	200	83,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>552,0</b>	<b>22,8</b>	<b>17,5</b>	<b>73,9</b>	<b>6,1</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.