

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.12.21



| Наименование блюда                          | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г      | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных |
|---------------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|--------------|--------------|------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)</b> |              |                    |             |              |              |                              |
| Котлета рубленая из цыплят с сыром          | 90           | 227,0              | 18,5        | 11,0         | 11,5         | 1,0                          |
| Каша гречневая рассыпчатая                  | 150          | 251,0              | 8,5         | 7,3          | 36,6         | 3,1                          |
| Икра кабачковая                             | 20           | 16,0               | 0,3         | 1,0          | 1,6          | 0,1                          |
| Компот из смеси ягод                        | 200          | 70,0               | 0,2         | 0,1          | 17,0         | 1,4                          |
| Батон витаминный с микронутриентами         | 20           | 56,0               | 1,6         | 0,4          | 11,4         | 0,9                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                    | <b>66,00</b> | <b>620,0</b>       | <b>31,8</b> | <b>19,8</b>  | <b>78,1</b>  | <b>6,5</b>                   |
| <b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>    |              |                    |             |              |              |                              |
| Суп с клецками, зеленью                     | 250          | 129,0              | 3,5         | 5,6          | 16,0         | 1,3                          |
| Рыба тушеная с овощами                      | 100          | 106,0              | 9,7         | 4,9          | 6,8          | 0,6                          |
| Рис отварной                                | 150          | 216,0              | 3,7         | 6,3          | 28,5         | 2,4                          |
| Напиток клюквенный                          | 200          | 103,0              | 0,1         | 0,1          | 24,9         | 2,1                          |
| Сдоба обыкновенная                          | 75           | 222,0              | 5,8         | 3,64         | 34,14        | 2,8                          |
| Хлеб полезный с микронутриентами            | 29           | 60,9               | 2,0         | 0,3          | 12,5         | 1,0                          |
| Батон витаминный с микронутриентами         | 22           | 61,6               | 1,8         | 0,44         | 12,5         | 1,0                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                    | <b>80,00</b> | <b>898,5</b>       | <b>26,6</b> | <b>21,28</b> | <b>135,3</b> | <b>11,2</b>                  |

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.

Меню буфетной продукции на 25 декабря 21г



| Наименование блюда                             | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|------------------------------------------------|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|------------------------------|
| <i>Холодные закуски</i>                        |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Капуста квашеная с маслом растительным сахаром | 15,27 | 100       | 88                 | 0,7      | 5       | 10          | 0,8                          |
| Икра кабачковая                                | 16,50 | 100       | 78                 | 0,6      | 2,4     | 3,9         | 0,3                          |
| <i>Первые блюда</i>                            |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Суп с клецками, зеленью                        | 8,90  | 250       | 129,0              | 3,5      | 5,6     | 16,0        | 1,3                          |
| <i>Вторые блюда</i>                            |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Рыба тушеная в томате с овощами                | 39,50 | 100       | 106,0              | 9,7      | 4,9     | 6,8         | 0,6                          |
| Котлета рубленая из цыплят с сыром             | 40,55 | 100       | 227                | 18,5     | 11,0    | 11,5        | 1,0                          |
| Бифштекс домашний                              | 44,23 | 90        | 191,0              | 13,1     | 10,5    | 16,3        | 1,4                          |
| Котлета из индейки                             | 40,85 | 90        | 188,0              | 11,0     | 11,7    | 9,7         | 0,8                          |
| Котлета куриная                                | 37,93 | 90        | 156,0              | 14,6     | 7,9     | 5,2         | 0,4                          |
| Сосиска отварная                               | 22,20 | 1шт       | 135,0              | 6,0      | 11,0    | 1,5         | 0,1                          |
| <i>Гарниры</i>                                 |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Каша гречневая рассыпчатая                     | 13,64 | 150       | 251,0              | 8,5      | 7,3     | 36,6        | 3,1                          |
| Макаронные изделия с сыром                     | 18,70 | 150       | 240                | 8,8      | 11,4    | 25          | 2,1                          |
| Рис отварной                                   | 10,85 | 150       | 216,0              | 3,7      | 6,3     | 29          | 2,4                          |
| Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)  | 10,23 | 35        | 14,0               | 1,1      | 0,1     | 2,3         | 0,2                          |
| Икра кабачковая ( доп.гарнир )                 | 3,29  | 20        | 16,0               | 0,3      | 1,0     | 1,6         | 0,1                          |
| <i>Напитки</i>                                 |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Чай с сахаром                                  | 1,10  | 200       | 53,0               | 0,2      | 0,1     | 13          | 1,1                          |
| Чай без сахара                                 | 0,33  | 200       | 2,0                | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0                            |
| Компот из смеси ягод                           | 6,62  | 200       | 70,0               | 0,2      | 0,1     | 17,0        | 1,4                          |
| Напиток клюквенный                             | 11,06 | 200       | 103,0              | 0,1      | 0,1     | 24,9        | 2,1                          |
| Чай с сахаром, лимоном                         | 2,57  | 200/7     | 44,0               | 0,3      | 0,1     | 10,3        | 0,8                          |
| <i>Хлеб</i>                                    |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 1,69  | 30        | 63,0               | 2        | 0,3     | 12,9        | 1,1                          |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 3,00  | 30        | 84,0               | 2,4      | 0,6     | 17,1        | 1,4                          |

Инженер-техн  
Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

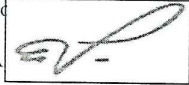
\* -R[-34]C:RC[12] Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

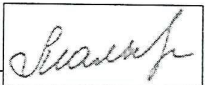


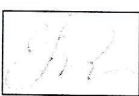
Меню буфетной продукции на 27 декабря 21г



| Наименование блюда                                                   | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|----------------------------------------------------------------------|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|------------------------------|
| <i>Холодные закуски</i>                                              |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Капуста квашеная с маслом растительным сахаром                       | 15,27 | 100       | 88                 | 0,7      | 5       | 10          | 0,8                          |
| Икра кабачковая                                                      | 16,50 | 100       | 78                 | 0,6      | 2,4     | 3,9         | 0,3                          |
| <i>Первые блюда</i>                                                  |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Рассольник ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью | 33,56 | 10/255    | 133,0              | 5,0      | 4,8     | 17,3        | 1,4                          |
| <i>Вторые блюда</i>                                                  |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Плов из говядины                                                     | 46,34 | 200       | 309,0              | 14,7     | 9,8     | 36,7        | 3,1                          |
| Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом                 | 12,19 | 200/5     | 217                | 6,3      | 8,7     | 28,4        | 2,4                          |
| Оладьи куриные                                                       | 41,66 | 100       | 222,0              | 16,4     | 14,5    | 8,6         | 0,7                          |
| Сосиска отварная                                                     | 22,20 | 1шт       | 135,0              | 6,0      | 11,0    | 1,5         | 0,1                          |
| <i>Гарниры</i>                                                       |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Каша гречневая рассыпчатая                                           | 13,64 | 150       | 251,0              | 8,5      | 7,3     | 36,6        | 3,1                          |
| Макаронные изделия с сыром                                           | 18,70 | 150       | 240                | 8,8      | 11,4    | 25          | 2,1                          |
| Макаронные изделия отварные                                          | 7,86  | 150       | 186,0              | 5,5      | 4,9     | 28          | 2,3                          |
| <i>Напитки</i>                                                       |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Чай с сахаром                                                        | 1,10  | 200       | 53,0               | 0,2      | 0,1     | 13          | 1,1                          |
| Чай без сахара                                                       | 0,33  | 200       | 2,0                | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0                            |
| Компот из смеси сухофруктов                                          | 7,03  | 200       | 83,0               | 0,6      | 0,0     | 20,9        | 1,7                          |
| Чай с сахаром, лимоном                                               | 2,57  | 200/7     | 44,0               | 0,3      | 0,1     | 10,3        | 0,8                          |
| <i>Хлеб</i>                                                          |       |           |                    |          |         |             |                              |
| Хлеб полезный с микронутриентами                                     | 1,69  | 30        | 63,0               | 2        | 0,3     | 12,9        | 1,1                          |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 3,00  | 30        | 84,0               | 2,4      | 0,6     | 17,1        | 1,4                          |

Инженер-технолог  
Столярова Е.А. 

Калькулятор  
Малышева Г.А. 

Директор по производству  
Корнева 

\* -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



НА 27.12.21

Директор школы №

| Наименование блюда                                                   | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных |
|----------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                                             |              |                    |             |             |              |                              |
| Сыр порционно                                                        | 20           | 73,0               | 4,6         | 5,9         | 0            | 0                            |
| Масло сливочное порционно                                            | 10           | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0                            |
| Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом                 | 200/5        | 217,0              | 6,3         | 8,7         | 28,4         | 2,4                          |
| Какао с молоком                                                      | 200          | 143,0              | 3,9         | 3,8         | 24,1         | 2,0                          |
| Смузи-коктейль 1/250                                                 | 1 шт         | 130,0              | 1,5         | 0,0         | 31,0         | 2,6                          |
| Мандарины                                                            | 1шт          | 38,0               | 0,8         | 0,2         | 7,5          | 0,6                          |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 36           | 100,8              | 2,9         | 0,7         | 20,5         | 1,7                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                                             | <b>80,05</b> | <b>767,8</b>       | <b>20,1</b> | <b>26,6</b> | <b>111,6</b> | <b>9,3</b>                   |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                                                |              |                    |             |             |              |                              |
| Рассольник ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью | 10/255       | 133,0              | 5,0         | 4,8         | 17,3         | 1,4                          |
| Плов из говядины                                                     | 200          | 309,0              | 14,72       | 9,75        | 36,72        | 3,1                          |
| Компот из сухофруктов                                                | 200          | 83,0               | 0,6         | 0           | 20,9         | 1,7                          |
| Хлеб полезный с микронутриентами                                     | 25           | 52,5               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 0,9                          |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 22           | 61,6               | 1,8         | 0,4         | 12,5         | 1,0                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                                             | <b>80,05</b> | <b>639,1</b>       | <b>23,9</b> | <b>15,3</b> | <b>98,2</b>  | <b>8,1</b>                   |
| <b>Полдник</b>                                                       |              |                    |             |             |              |                              |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                                       | 201          | 156,0              | 5,6         | 5,0         | 22,0         | 1,8                          |
| Хачапури                                                             | 50           | 162,0              | 6,5         | 7,6         | 13,9         | 1,2                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                                             | <b>30,00</b> | <b>474,0</b>       | <b>12,1</b> | <b>12,6</b> | <b>35,9</b>  | <b>3,0</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 быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ


НА 27.12.21



| Наименование блюда                                                | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>                      |              |                    |             |             |             |                              |
| Сыр порционно                                                     | 10           | 36,0               | 2,3         | 3,0         | 0           | 0                            |
| Масло сливочное порционно                                         | 10           | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0                            |
| Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом              | 200/5        | 217,0              | 6,3         | 8,7         | 28,4        | 2,4                          |
| Какао с молоком                                                   | 200          | 143,0              | 3,9         | 3,8         | 24,1        | 2,0                          |
| Пюре фруктовое 1/90                                               | 1 шт         | 60,0               | 0,0         | 0,0         | 15,0        | 1,2                          |
| Батон витаминный с микронутриентами                               | 20           | 56,0               | 1,6         | 0,4         | 11,4        | 1,0                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                                          | <b>66,00</b> | <b>578,0</b>       | <b>70,9</b> | <b>23,2</b> | <b>79,0</b> | <b>6,6</b>                   |
| <b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>                          |              |                    |             |             |             |                              |
| Рассольник ленинградский с перловой крупой,мясом,сметаной,зеленью | 10/255       | 133,0              | 5,0         | 4,8         | 17,3        | 1,4                          |
| Плов из говядины                                                  | 200          | 309,0              | 14,72       | 9,75        | 36,72       | 3,1                          |
| 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>588,0</b>       | <b>22,4</b> | <b>14,9</b> | <b>87,8</b> | <b>7,3</b>                   |

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.