

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.02.22



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	15	54,0	3,5	4,5	0	0
Бифштекс домашний	90	191,0	13,1	10,5	16,3	1,4
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Кукуруза консервированная ( доп.гарнир)	25	81,0	2,6	1,3	15,0	1,3
М а н д а р и н	1шт	58,9	1,2	0,3	8,6	0,7
Компот из смеси ягод	200	70,0	0,2	0,1	17,0	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>747,3</b>	<b>29,1</b>	<b>22,4</b>	<b>106,6</b>	<b>8,9</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Ши из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	10/250	81,0	4,65	3,0	7,7	0,6
Рыба запеченная	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Морская капуста ( доп,гарнир)	45	18,0	0,3	0,9	2,1	0,2
Чай с сахаром,лимоном	200/7	44,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,8	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>673,8</b>	<b>30,3</b>	<b>21,1</b>	<b>80,7</b>	<b>6,7</b>
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый фасованный 0,2	1шт	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Ватрушка с творогом	80	255,0	10,1	6,8	38,0	3,2
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>416,0</b>	<b>10,7</b>	<b>7,4</b>	<b>75,1</b>	<b>6,3</b>

Инженер-техн  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

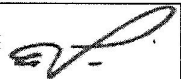
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ


НА 18.02.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Сыр порционно	10	36,0	2,3	3,0	0	0
Бифштекс домашний	90	191,0	13,1	10,5	16,3	1,4
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Компот из смеси ягод	200	70,0	0,2	0,1	17,0	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>638,0</b>	<b>24,1</b>	<b>19,7</b>	<b>93,1</b>	<b>7,7</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	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Чай с сахаром,лимоном	200/7	44,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>583,0</b>	<b>27,9</b>	<b>19,7</b>	<b>63,8</b>	<b>5,3</b>
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый фасованный 0,2	1шт	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Ватрушка с творогом	80	255,0	10,1	6,8	38,0	3,2
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>416,0</b>	<b>10,7</b>	<b>7,4</b>	<b>75,1</b>	<b>6,3</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 18.02.22



Директор школы №

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	15	54,0	3,5	4,5	0	0
Гуляш из говядины	90	117,0	8,3	7,9	3,2	0,3
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Яблоко	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132,0	0,0	0,0	33,0	2,7
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>658,0</b>	<b>20,7</b>	<b>18,6</b>	<b>98,9</b>	<b>8,2</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	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>667,0</b>	<b>30,3</b>	<b>14,3</b>	<b>80,9</b>	<b>6,7</b>

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Малышева Г.А.

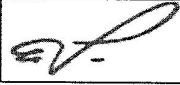
Директор по  
производству  
Корнева

\* - 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 18 Февраля 22 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Икра кабачковая	16,50	100	78	0,6	2,4	3,9	0,3
Ветчина порционно	14,50	30	54	4,9	3,1	1,2	0,1
<b>Первые блюда</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	24,21	10/250	81,0	4,7	3,0	7,7	0,6
<b>Вторые блюда</b>							
Рыба запеченная	56,39	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Филе куриное запеченное с анансом	59,30	90	212,0	20,3	6,8	3,7	0,3
Сосиска отварная	22,20	1шт	135,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Бифштекс домашний	45,31	90	191,0	13,1	10,5	16,3	1,4
Гуляш из говядины	40,18	90	117,0	8,3	7,9	3,2	0,3
<b>Гарниры</b>							
Рис отварной	11,73	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Макаронные изделия отварные	8,52	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)	14,62	50	20,0	1,6	0,1	3,2	0,3
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	14,62	50	162,0	5,2	2,6	30,0	2,5
Морская капуста (доп. гарнир)	9,29	45	18,0	0,3	0,9	2,1	0,2
<b>Напитки</b>							
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	8,00	200	70,0	0,2	0,1	17,0	1,4
Чай с сахаром, лимоном	2,57	200/7	44,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Кисель алодов-ягодный витаминизированный	5,67	200	132,0	0	0,0	33,0	2,7
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,69	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	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.