

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Сыр порционно	10	36,0	2,3	3,0	0	0
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Котлета куринная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	30	97,0	3,1	1,6	18,0	1,5
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,5	1,4
Стоимость рациона	80,00	693,2	26,3	26,8	78,4	6,5
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем,мясом,сметаной,зеленью	10/260	108,0	5,7	4,4	10,0	0,8
Макаронник с мясом	200	360,0	14,8	14,2	43,5	3,6
Икра кабачковая (доп.гарнир)	15	11,5	0,15	0,75	1,15	0,1
Сок фруктовый	200	90,0	0	0	22,4	1,9
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	21	58,8	1,7	0,4	12,0	1,0
Стоимость рациона	96,00	751,8	24,8	20,7	114,6	9,5
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный с картофелеми луком	75	174,0	4,2	5,4	20,9	1,7
Стоимость рациона	37,00	294,0	10,2	11,8	30,3	2,5

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 03.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)						
Сыр порционно	12	43,2	2,8	3,6	0	0
Масло сливочное порционно	5	33,0	0,05	3,65	0,05	0
Бефстроганов из куриного филе	100	169,0	14,0	10,6	4,3	0,4
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,7	19,4	1,6
Стоимость рациона	80,00	668,4	24,1	25,6	77,1	6,4
Обед 5-11 класс(льготный+платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	108,0	5,7	4,4	10,0	0,8
Макаронник с мясом	200	360,0	14,8	14,2	43,5	3,6
Икра кабачковая (доп. гарнир)	15	11,5	0,15	0,75	1,15	0,1
Сок фруктовый	200	90,0	0	0	22,4	1,9
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	21	58,8	1,7	0,4	12,0	1,0
Стоимость рациона	96,00	751,8	24,8	20,7	114,6	9,5

Инженер-техн
Стоярова 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 03.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс						
Сыр порционно	10	36,0	2,3	3,0	0	0
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	40	130,0	4,0	2,0	24,0	2,0
Кисломолочный напиток "Б и о л а к т " 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,6	0,7
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	36	100,8	2,9	0,7	20,5	1,7
Стоимость рациона	96,00	820,8	30,6	30,5	97,0	8,0
Обед 1-4 класс						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	108,0	5,7	4,4	10,0	0,8
Макаронник с мясом	200	360,0	14,8	14,2	43,5	3,6
Сок фруктовый	200	90,0	0	0	22,4	1,9
М а н д а р и н	1шт	58,9	1,2	0,3	11,7	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	29	60,9	2,0	0,3	12,5	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,6	19,4	1,6
Стоимость рациона	96,00	773,0	26,4	19,8	119,5	9,9
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный с картофелем и луком	75	174,0	4,2	5,4	20,9	1,7
Стоимость рациона	37,00	294,0	10,2	11,8	30,3	2,5

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.

Меню буфетной продукции на 03 Марта 22 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	БЖУ, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Икра кабачковая	16,50	100	78,0	0,6	2,4	3,9	0,3
Масло сливочное порционно	7,73	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционно	13,49	20	72,0	14,6	6	0	0
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	26,42	10/260	108,0	5,7	4,4	10,0	0,8
Вторые блюда							
Бефстроганов из куриного филе	39,80	100	169,0	14,0	10,6	4,3	0,4
Макаронник с мясом	44,50	200	360,0	14,8	14,2	43,5	3,6
Сосиска отварная	22,20	1шт	135,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Котлета куриная	40,86	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Блинчики с маслом сливочным	26,58	150/10	385,0	11,8	16,9	47,6	4,0
Блинчики с молоком сгущенным	24,80	150/30	413,0	13,7	12,7	61,8	5,2
Блинчики с джемом	23,84	150/30	399,0	11,8	10,5	65,9	5,5
Оладьи с маслом сливочным	21,18	150/10	438,0	11,4	18,4	57,9	4,8
Оладьи с джемом	18,44	150/30	452,0	11,5	11,9	76,3	6,4
Оладьи с молоком сгущенным	19,40	150/30	466,0	13,4	14,2	72,1	6,0
Блинчики с яблочным фаршем	19,10	135	318,0	7,6	13,5	40,6	3,4
Блинчики фаршированные джемом	21,62	135	371,0	7,7	13,3	58,0	4,8
Б л и н ч и к и	12,42	100	208,0	7,9	3,7	31,7	2,6
Гарниры							
Вермишель отварная	8,52	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	14,62	50	162,0	5,2	2,6	30,0	2,5
Рис отварной	11,73	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Горонек зеленый консервированный (доп.гарнир)	14,62	50	20,0	1,6	0,1	3,2	0,3
Напитки							
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
Сок фруктовый	7,07	200	90,0	0	0,0	22,4	1,9
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,69	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	3,00	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4

Инженер-техно

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.