

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Сыр порционнo	20	72,0	4,6	6,0	0	0
Масло сливочное порционнo	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Индейка с булгуром	200	391,0	15,0	20,5	30,1	2,5
М а н д а р и н	1шт	58,9	1,2	0,3	11,7	0,9
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>800,9</b>	<b>26,8</b>	<b>38,4</b>	<b>80,3</b>	<b>6,6</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/260	83,0	1,7	0,8	7,7	0,6
Ежики " Аппетитные "	90/50	171,0	7,9	10,2	11,8	0,9
Пюре картофельное	150	138,0	3,1	5,4	12,1	1,0
Огурцы свежие (доп. гарнир)	15	2,3	0,2	0,01	0,4	0,0
Компот из свежих яблок	200	79,0	0,2	0,2	18,9	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,8	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>598,6</b>	<b>17,0</b>	<b>17,4</b>	<b>76,5</b>	<b>6,3</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	193	145,0	5,8	5,4	18,3	1,5
Сдоба обыкновенная	90	286,0	7,4	4,7	53,9	4,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>431,0</b>	<b>13,2</b>	<b>10,1</b>	<b>72,2</b>	<b>6,0</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 04.03.22




Согласовано  
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Сыр порционнно	15	54,0	3,5	4,5	0	0
Масло сливочное порционнно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Индейка с булгуром	200	391,0	15,0	20,5	30,1	2,5
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,5	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>735,2</b>	<b>24,8</b>	<b>36,7</b>	<b>70,8</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	10/260	83,0	1,7	0,8	7,7	0,6
Ежики " Аппетитные"	90/50	171,0	7,9	10,2	11,8	0,9
Пюре картофельное	150	138,0	3,1	5,4	12,1	1,0
Компот из свежих яблок	200	79,0	0,2	0,2	18,9	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>534,0</b>	<b>15,0</b>	<b>16,9</b>	<b>63,4</b>	<b>5,2</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	193	145,0	5,8	5,4	18,3	1,5
Сдоба обыкновенная	90	286,0	7,4	4,7	53,9	4,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>431,0</b>	<b>13,2</b>	<b>10,1</b>	<b>72,2</b>	<b>6,0</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 04.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Индейка с булгуром	200	391,0	15,0	20,5	30,1	2,5
Кукуруза консервированная ( доп.гарнир)	35	113,0	3,6	1,9	21,0	1,8
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>797,0</b>	<b>25,0</b>	<b>99,8</b>	<b>92,4</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,зеленью	10/260	83,0	1,7	0,8	7,7	0,6
Сосиска отварная	1шт	160,0	11,0	12,0	1,5	0,1
Пюре картофельное	150	138,0	3,1	5,4	12,1	1,0
Огурцы свежие порционно ( доп.гарнир)	30	4,8	0,2	0,04	0,8	0,1
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	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>576,8</b>	<b>20,8</b>	<b>19,2</b>	<b>62,4</b>	<b>5,2</b>

Инженер-технолог  
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 04 Марта 22 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Примерное количество хлебных
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
<b>Первые блюда</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	2421	10/250	83,0	1,7	0,8	7,7	0,6
<b>Вторые блюда</b>							
Индейка с булгуром	46,98	200	391,0	15,0	20,5	30,1	2,5
Филе куриное панированное	44,25	90	273,0	21,0	9,5	9,3	0,8
Сосиска отварная	22,20	1шт	135,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Ежики "Аппетитные"	37,51	90/50	171,0	7,9	10,2	11,8	0,9
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
<b>Гарниры</b>							
Картофельное пюре	33,43	150	138,0	3,1	5,4	12,1	1,0
Кукуруза консервированная ( доп.гарнир)	14,62	50	162,0	5,2	2,6	30,0	2,5
Каша гречневая рассыпчатая	14,41	150	251,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Горонек зеленый консервированный (доп.гарнир)	14,62	50	20,0	1,6	0,1	3,2	0,3
Огурцы свежие порционно ( доп.гарнир)	15,68	50	8,0	0,4	0,08	1,4	0,1
<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
Сок фруктовый	7,07	200	90,0	0	0,0	22,4	1,9
Компот из свежих яблок	4,62	200	79,0	0,2	0,2	18,9	1,6
Какао с молоком	12,37	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
<b>Хлеб</b>							
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-техн  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева 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.