

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сосиска отварная	1шт	160,0	11,0	12,0	1,5	0,1
Вермишель с сыром	150	236,0	8,8	11,4	24,6	2,1
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	20	8,0	0,6	0,0	1,3	0,1
С м у з и- к о к т е й л ь 1/250	1шт	130,0	1,5	0,0	31,0	2,5
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микронутриентами	39	109,2	3,1	0,8	22,2	1,9
Стоимость рациона	96,00	852,2	29,0	35,3	104,8	8,7
Обед 1-4 класс						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100,0	4,8	3,6	9,9	0,8
Мясо с булгуром	200	138,0	7,5	11,6	0,9	0,0
М а н д а р и н	1шт	58,9	1,2	0,3	11,7	1,0
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	27	56,7	1,9	0,3	11,6	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	22	61,6	1,8	0,4	12,5	1,1
Стоимость рациона	96,00	456,2	17,4	16,3	56,7	4,7
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка московская	75	242,0	5,7	6,0	34,1	2,8
Стоимость рациона	37,00	362,0	11,7	12,4	43,5	3,6

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 14.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Масло сливочное порционно	15	99,0	0,2	10,9	0,2	0
Сосиска отварная	1шт	160,0	11,0	12,0	1,5	0,1
Вермишель с сыром	150	236,0	8,8	11,4	24,6	2,1
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	35	14,0	1,1	0,1	2,3	0,2
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микронутриентами	24	67,2	1,9	0,5	13,7	1,1
Стоимость рациона	80,00	719,2	26,9	72,9	66,4	5,5
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100,0	4,8	3,6	9,9	0,8
Мясо с булгуром	200	138,0	7,5	11,6	0,9	0,0
Икра кабачковая (доп.гарнир)	20	16,0	0,3	1,0	1,6	0,1
Я б л о к о	1шт	51,7	0,4	0,4	10,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
Стоимость рациона	96,00	488,1	17,5	17,6	62,2	5,1
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка московская	75	242,0	5,7	6,0	34,1	2,8
Стоимость рациона	37,00	362,0	11,7	12,4	43,5	3,6

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 14.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сосиска отварная	1шт	160,0	11,0	12,0	1,5	0,1
Вермишель с сыром	180	284,0	10,5	13,7	29,6	2,5
Горошек зеленый консервированный (доп,гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,7	19,4	1,6
Стоимость рациона	80,00	760,2	29,1	37,6	76,7	6,4
Обед 5-11класс(льготный+платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем,мясом,сметаной,зеленью	10/255	100,0	4,8	3,6	9,9	0,8
Мясо с булгуром	200	138,0	7,5	11,6	0,9	0,0
Икра кабачковая (доп.гарнир)	20	16,0	0,3	1,0	1,6	0,1
Я б л о к о	1шт	51,7	0,4	0,4	10,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
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
Стоимость рациона	96,00	493,7	17,7	17,6	63,3	5,2

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.

Меню буфетной продукции на 14 Марта 22 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Икра кабачковая	16,50	100	78,0	0,6	2,4	3,9	0,3
Огурцы свежие с маслом растительным	20,01	100	104,0	0,8	10	2,5	0,2
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	26,03	10/255	100,0	4,8	3,6	0,9	0,8
Вторые блюда							
Котлета из индейки	47,17	90	188,0	11,0	11,7	9,7	0,8
Мясо с булгуром	52,14	200	138,0	7,5	11,6	0,9	0,0
Вермишель с сыром	21,27	150	236,0	8,8	11,4	24,6	2,1
Сосиска отварная	22,20	1шт	160,0	11,0	12,0	1,5	0,1
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
Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)	14,62	50	20,0	1,6	0,1	3,2	0,3
Огурцы свежие (доп. гарнир)	9,87	50	8,0	0,4	0,08	1,4	0,1
Постные Блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	12,87	250	98,0	1,7	4,9	9,8	0,8
Пюре гороховое	5,59	150	249,0	15,5	7,6	26,0	2,2
Котлеты картофельные	25,51	100	160,0	2,9	7,4	14,3	1,2
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
Чай с сахаром, лимоном	2,57	200/7	44,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Какао с молоком	12,37	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
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.