

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 30.03.22

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс						
Биточки домашние	100	211,0	14,5	11,0	11,3	0,9
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	4,0	0,2	0,03	0,8	0,06
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132,0	0,0	0,0	33,0	2,8
Кисломолочный напиток "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,6	0,7
Яблоко	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,8	1,6
Стоимость рациона	96,00	771,4	26,2	20,4	115,2	9,6
Обед 1-4 класс						
Суп с горохом, гречками, зеленью	250/15	236,0	10,5	6,5	33,8	2,8
Рыба запеченная	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Картофельное пюре	150	138,0	3,1	5,4	12,1	1,0
Огурцы свежие (доп.гарнир)	45	7,0	0,45	0,04	1,1	0,1
Компот из мандаринов	200	69,0	0,2	0,1	16,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	2,2	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,8	1,2
Стоимость рациона	96,00	754,3	35,3	44,5	93,9	7,8
Полдник						
Оладьи со сгущенным молоком	150/25	451,0	13,0	13,9	69,3	5,8
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Яблоко	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Стоимость рациона	37,00	612,0	13,6	14,5	106,4	8,9

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 30.03.22

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Биточки домашние	100	211,0	14,5	11,0	11,3	0,9
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	15	2,0	0,1	0,01	0,4	0
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132,0	0,0	0,0	33,0	2,8
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,8	1,2
Стоимость рациона	80,00	674,8	22,8	17,0	102,2	8,5
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Суп с горохом,гренками,зеленью	250/15	236,0	10,5	6,5	33,8	2,8
Рыба запеченная	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Картофельное пюре	150	138,0	3,1	5,4	12,1	1,0
Компот из мандаринов	200	69,0	0,2	0,1	16,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	2,2	10,8	0,9
Стоимость рациона	96,00	674,5	32,7	25,1	78,0	6,5
Полдник						
Оладьи со сгущенным молоком	150/25	451,0	13,0	13,9	69,3	5,8
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Стоимость рациона	37,00	612,0	13,6	14,5	106,4	8,9

Инженер-техно

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 30.03.22



Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)						
Биточки домашние	100	211,0	14,5	11,0	11,3	0,9
Макаронные изделия отварные	180	222,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132,0	0,0	0,0	33,0	2,8
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,8	1,9
Стоимость рациона	80,00	748,0	24,8	18,1	115,3	9,6
Обед 5-11 класс(льготный+платный)						
Суп с горохом, гречками, зеленью	250/15	236,0	10,5	6,5	33,8	2,8
Рыба запеченная	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Картофельное пюре	150	138,0	3,1	5,4	12,1	1,0
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	2,2	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,2	1,2
Стоимость рациона	96,00	716,5	34,7	24,7	85,4	7,1

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.

Меню буфетной продукции на 30 Марта 22 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Икра кабачковая	17,29	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
Огурцы свежие с кукурузой и маслом растительным	23,04	100	19,0	3,6	12	19,5	1,6
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	18,16	100	88,0	0,8	5	10	0,8
Первые блюда							
Суп с горохом, гречками, зеленью	9,03	250/15	236,0	10,5	6,5	33,8	2,8
Вторые блюда							
Рыба запеченная	46,41	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Биточки домашние	48,25	100	211,0	14,5	11,0	11,3	0,9
Бефстроганов из куриного филе	42,42	100	165,0	15,0	10,7	1,9	0,2
Оладьи со сгущенным молоком	18,84	150/25	451,0	13,0	13,9	69,3	5,8
Сырники из творога со сгущенным молоком	54,37	150/30	406,0	24,9	18,1	45,8	3,8
Сосиска отварная	22,20	1шт	160,0	11,0	12,0	1,5	0,1
Гарниры							
Картофельное пюре	33,43	150	138,0	3,1	5,4	12,1	1,0
Макаронные изделия отварные	8,52	150	183,0	5,5	4,2	28,5	2,4
Картофель отварной	36,16	150	146,0	2,9	4,9	15,5	1,3
Макаронные изделия отварные с сыром	21,27	150	236,0	8,8	11	24,6	2,1
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	14,92	50	162,0	5,2	2,6	30,0	2,5
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	14,71	50	20,0	1,6	0,1	3,2	0,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	9,87	50	4,0	0,2	0,04	0,7	0,1
Постные Блюда							
Суп с горохом ,зеленью	6,63	250	156,0	8,3	5,6	18,1	1,5
Зразы картофельные	27,8	100	208,0	2,9	13,2	13,8	1,2
Макаронные изделия с овощами, зеленым горошком	12,88	150	209,0	5,3	9,3	25,8	2,2
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
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	5,67	200	132,0	0	0,0	33,0	2,8
Компот из мандаринов	6,74	200	69,0	0,2	0,1	16,9	1,4
Компот из свежих яблок	4,62	200	59,0	0,2	0,2	13,9	1,2
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-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.