

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.09.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный+платный)</b>						
Масло шоколадное порционно	15	97,5	0,15	9,3	3,3	0,3
Котлеты из индейки	90	140,0	12,5	8,3	3,9	0,3
Ризотто	150	228,0	4,6	11,2	27,2	2,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	18,0	0,8	0,2	2,6	0,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Яблоко	1шт	71,0	0,6	0,6	14,8	1,2
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>80,00</b>				
<b>Обед 1-4 класс (льготный+платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	142,0	11,0	1,2	16,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,6
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,1
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>				
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток " Снежок "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Булочка обсыпная с творогом	90	251,0	10,6	9,4	30,8	2,6
<b>Стоимость рациона</b>		<b>37,00</b>	<b>1677,0</b>	<b>62,9</b>	<b>59,0</b>	<b>216,5</b>
					<b>18,0</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 02.09.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло шоколадное порционно	15	97,5	0,15	9,3	3,3	0,3
Котлеты из индейки	90	140,0	12,5	8,3	3,9	0,3
Ризотто	150	228,0	4,6	11,2	27,2	2,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	18,0	0,8	0,2	2,6	0,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Яблоко	1шт	71,0	0,6	0,6	14,8	1,2
Батон витаминный с микроэлементами	39	109,2	3,1	0,8	22,3	1,9
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>				
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	142,0	11,0	1,2	16,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,6
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,1
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микроэлементами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	37	103,6	3,0	0,7	17,6	1,5
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>				
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток " Снежок "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Булочка обсыпная с творогом	90	251,0	10,6	9,4	30,8	2,6
<b>Стоимость рациона</b>		<b>37,00</b>	<b>1760,3</b>	<b>65,6</b>	<b>59,5</b>	<b>229,9</b>
					<b>19,2</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.09.22



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
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	55	12,1	0,1	0,1	0,2	0,01
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>		<b>80,00</b>				
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	142,0	11,0	1,2	16,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,6
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>		<b>56,8</b>	<b>46,6</b>	<b>159,3</b>
						<b>13,2</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.

Меню буфетной продукции на 02 СЕНТЯБРЯ 22 г

Муниципальное бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 10»  
Согласовано  
Директор школы

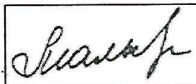
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Масло сливочное порционно	8,25	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционно	14,98	20	73,0	4,6	5,9	0	0
Помидоры свежие с маслом растительным	13,26	100	111,0	1,1	10,2	3,4	0,2
Огурцы свежие с кукурузой и маслом растительным	17,63	100	19,0	3,6	11,5	19,5	1,6
<b>Первые блюда</b>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	22,38	30/15/250	142,0	11,0	1,2	16,7	1,4
<b>Вторые блюда</b>							
Филе куриное панированное	45,72	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Жаркое по-домашнему	63,28	200	226,	10,1	12,0	19,3	1,6
Котлеты из индейки	43,56	90	140,0	12,5	8,3	3,9	0,3
<b>Гарниры</b>							
Ризотто	21,81	150	228,0	4,6	11,2	27,2	2,3
Рис отварной	12,48	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	5,36	50	7,0	0,4	0,05	1,2	0,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	6,12	50	11,0	0,6	0,1	1,9	0,1
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,47	200	53,0	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,45	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Напиток из плодов шиповника	9,93	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

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.