


ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 09.12.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,1
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
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	0,8
Мандарин	1шт	35,0	0,8	0,2	7,5	0,6
Батон витаминный с микронутриентами	39	109,2	3,1	0,8	22,2	1,9
Стоимость рациона	80,00	655,2	21,4	31,5	71,5	6,0
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,6
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	32	89,6	2,6	0,6	18,2	1,5
Стоимость рациона	96,00	638,6	27,1	17,1	93,4	7,8
Полдник						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Булочка обсыпная с творогом	60	167,0	7,1	6,3	20,6	1,7
Стоимость рациона	37,00	323,0	12,7	11,3	42,6	3,5

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 09.12.22

Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционнo	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Фрикасе из индейки	100	150,0	6,3	13,1	1,6	0,1
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	42	117,6	3,4	0,8	23,9	2,0
Стоимость рациона	80,00	649,6	18,0	33,2	69,6	5,8
Обед 5-11 класс(льготный+платный)						
Бульон с куриным филе, гренками , зеленью	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
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	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	96,00	560,0	25,6	14,0	82,7	6,9

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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Примерное количество хлебных единиц*
Масло сливочное порционно	6,90	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Масло шоколадное	9,41	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Сыр порционно	14,63	20	71,0	4,6	5,8	0	0
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	18,42	100	98,0	1,6	5,1	11,3	0,9
Икра кабачковая	19,88	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Первые блюда							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	23,92	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
Вторые блюда							
Рыба запеченная	66,22	90	123,0	13,1	5,9	4,3	0,4
Жаркое по-домашнему	59,28	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,6
Сосиска отварная	22,35	1шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Котлеты из индейки	46,12	90	140,0	12,5	8,3	3,9	0,3
Филе куриное запеченное с ананасом	66,03	100	233,0	22,6	13,6	5,0	0,4
Фрикасе из индейки	40,90	100	150,0	6,3	13,1	1,6	0,1
Вторые блюда постные							
Котлеты свекольные	8,54	100	172,0	3,7	7,8	18,8	1,6
Гарниры							
Ризотто	22,63	150	228,0	4,6	11,2	27,2	2,3
Рис отварной	11,41	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,02	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Напитки							
Чай с сахаром	1,30	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,44	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Чай с лимоном	2,98	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Напиток из плодов шиповника	9,06	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,58	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	2,80	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Директор по
производству

* -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.