

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.01.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	25	81,0	2,6	1,3	15,0	1,3
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
М а н д а р и н	1штг	41,0	0,9	0,2	8,7	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
Стоимость рациона	85,20	709,0	19,8	26,7	97,1	8,0
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Суп молочный с вермишелью	250	153,0	5,8	4,8	21,6	1,8
Филе куриное панированное с маслом	100/5	329,0	24,0	20,3	12,5	1,0
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,8	0,7	19,4	1,6
Стоимость рациона	102,24	787,2	37,7	31,4	88,4	7,3
Полдник(льготный+платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	201	75,4	3,0	2,8	9,5	0,8
Сдоба обыкновенная	65	207,0	5,3	3,4	38,9	3,2
Стоимость рациона	39,41	282,4	8,3	6,2	48,4	4,0

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 19.01.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	25	81,0	2,6	1,3	15,0	1,3
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
М а н д а р и н	1штг	41,0	0,9	0,2	8,7	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
Стоимость рациона	85,20	709,0	19,8	26,7	97,1	8,0
Обед 1-4 класс						
Суп молочный с вермишелью	250	153,0	5,8	4,8	21,6	1,8
Филе куриное панированное с маслом	100/5	329,0	24,0	20,3	12,5	1,0
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,8	0,7	19,4	1,6
Стоимость рациона	102,24	787,2	37,7	31,4	88,4	7,3
Полдник						
Йогурт фруктовый питьевой	201	75,4	3,0	2,8	9,5	0,8
Сдоба обыкновенная	65	207,0	5,3	3,4	38,9	3,2
Стоимость рациона	39,41	282,4	8,3	6,2	48,4	4,0

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 19.01.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)						
Масло сливочное	15	99,0	0,2	10,9	0,2	0,01
Сыр порционнo	25	88,0	5,7	7,5	0	0
Омлет натуральный	200	265,0	18,5	19,2	4,6	0,3
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	37	103,6	2,9	0,7	21,2	1,8
Стоимость рациона	85,20	656,6	28,1	38,9	49,0	4,0
Обед 5-11 класс (льготный+платный)						
Суп молочный с вермишелью	250	153,0	5,8	4,8	21,6	1,8
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
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	102,24	751,0	37,6	28,7	85,6	7,1
Полдник 5-11 класс (льготный+платный)						
Пирожок печеный сдобный с курицей и капустой	75	160,0	8,8	5,6	18,6	1,6
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,0
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Стоимость рациона	39,41	322,0	10,0	6,4	55,9	4,7

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 19 ЯНВАРЯ 24 г

Согласовано
 Директор школы № 105

Наименование блюда	Цена	Выхо (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	6,72	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Сыр порционнo	19,70	25	88,0	5,7	7,3	0	0
Масло сливочное	10,27	15	99,0	0,2	10,9	0,2	0,01
Первые блюда							
Суп молочный с вермишелью	13,74	250	153,0	5,8	4,8	21,6	1,8
Вторые блюда							
Бифштекс домашний	47,63	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Омлет натуральный	37,46	200	265,0	18,5	19,2	4,6	0,3
Филе куриное панированное	69,38	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Гарниры							
Рожки отварные	7,32	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Пюре картофельное	15,08	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	10,60	25	81,0	2,6	1,3	15,0	1,3
Напитки							
Чай с сахаром	1,38	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Чай с лимоном	2,70	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Кофейный напиток витаминизированный	8,16	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Компот из ягод	7,85	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	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.