

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.01.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный )</b>						
Омлет натуральный с маслом	170/5	255,0	15,6	19,6	3,9	0,3
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Сдоба "Аппетитная " с начинкой молоко сгущенное вареное	70	182,0	4,6	4,2	60,2	5,0
М а н д а р и н	1шт	41,0	0,9	0,2	8,7	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>684,4</b>	<b>27,2</b>	<b>27,7</b>	<b>109,9</b>	<b>9,1</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный )</b>						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	10/255	121,0	4,7	6,9	10,1	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>705,4</b>	<b>22,9</b>	<b>21,1</b>	<b>98,8</b>	<b>8,2</b>
<b>Полдник(льготный+платный )</b>						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>528,0</b>	<b>26,6</b>	<b>20,3</b>	<b>59,5</b>	<b>4,9</b>

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 23.01.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Омлет натуральный с маслом	170/5	255,0	15,6	19,6	3,9	0,3
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Сдоба "Аппетитная " с начинкой молоко сгущенное вареное	70	182,0	4,6	4,2	60,2	5,0
М а н д а р и н	1шт	41,0	0,9	0,2	8,7	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>684,4</b>	<b>27,2</b>	<b>27,7</b>	<b>109,9</b>	<b>9,1</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	10/255	121,0	4,7	6,9	10,1	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>705,4</b>	<b>22,9</b>	<b>21,1</b>	<b>98,8</b>	<b>8,2</b>
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>528,0</b>	<b>26,6</b>	<b>20,3</b>	<b>59,5</b>	<b>4,9</b>

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 23.01.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Омлет натуральный	200	265,0	18,5	19,2	4,6	0,4
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	20	8,0	0,6	0,04	1,3	0,1
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>663,4</b>	<b>26,7</b>	<b>32,9</b>	<b>64,7</b>	<b>5,4</b>
<b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	10/255	121,0	4,7	6,9	10,1	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>639,0</b>	<b>22,2</b>	<b>20,5</b>	<b>84,4</b>	<b>7,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Х а ч а п у р и	70	227,0	9,0	10,6	19,5	1,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0	28,0	2,3
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>397,0</b>	<b>9,5</b>	<b>11,1</b>	<b>60,2</b>	<b>5,0</b>

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.


Меню буфетной продукции на 23 Я Н В А Р Я 24г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жир	Углевод	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло шоколадное	10,08	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,2
<b>Первые блюда</b>							
Борщ "Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	27,73	10/255	121,0	4,7	6,9	10,1	0,8
<b>Вторые блюда</b>							
Омлет натуральный	31,06	170	218,0	15,6	19,6	3,9	0,3
Плов из говядины	65,36	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
<b>Гарниры</b>							
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	7,65	20	8,0	0,6	0,04	1,3	0,1
<b>Напитки</b>							
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
Какао с молоком	15,54	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Компот из кураги	6,62	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<b>Хлеб</b>							
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  
Мальшова 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.