

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.03.23



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Котлета куриная с сыром, с маслом	90/5	237,0	16,7	13,6	10,4	0,9
Макаронные изделия отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0	0	28,0	2,3
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	32	89,6	2,6	0,6	18,2	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>717,6</b>	<b>26,4</b>	<b>20,5</b>	<b>104,8</b>	<b>8,7</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Суп сырный с куриным филе, гренками, зеленью	10/250/15	184,0	8,4	6,5	22,8	1,9
Ежики "Аппетитные "	100/50	202,0	11,3	11,8	12,9	1,1
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Горошек зеленый консервированный ( доп.гарнир)	15	6,0	0,4	0,03	0,9	0,1
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	39	109,2	3,1	0,8	22,2	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>748,2</b>	<b>28,7</b>	<b>24,6</b>	<b>102,6</b>	<b>8,6</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка ванильная	70	195,0	5,3	3,2	31,6	2,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>315,0</b>	<b>11,3</b>	<b>9,6</b>	<b>41,0</b>	<b>3,4</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 02.03.23



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Котлета куриная с сыром	90	204,0	16,7	10,0	10,4	0,9
Макаронные изделия отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Горошек зеленый консервированный ( доп.гарнир)	20	8,0	0,6	0,04	1,3	0,1
Кисломолочный напиток " Би о л а к т " 0,100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0	0	28,0	2,3
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микроэлементами	40	112,0	3,2	0,8	22,8	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>756,0</b>	<b>29,3</b>	<b>19,5</b>	<b>113,1</b>	<b>9,4</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп сырный с куриным филе, гречками, зеленью	10/250/15	184,0	8,4	6,5	22,8	1,9
Ежики "Аппетитные "	100/50	202,0	11,3	11,8	12,9	1,1
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
В а ф л и 1/30	1пач	163,0	1,9	9,9	16,8	1,4
Хлеб полезный с микроэлементами	26	55,0	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	33	92,4	2,6	0,6	18,8	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>890,4</b>	<b>29,7</b>	<b>34,3</b>	<b>115,5</b>	<b>9,6</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка ванильная	70	195,0	5,3	3,2	31,6	2,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>315,0</b>	<b>11,3</b>	<b>9,6</b>	<b>41,0</b>	<b>3,4</b>

Инженер-техно  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

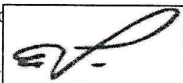
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ


НА 02.03.23



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Гуляш из говядины	100	138,0	9,6	9,6	3,5	0,3
Макаронные изделия отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0	0	28,0	2,3
Батон витаминный с микронутриентами	32	89,6	2,6	0,6	18,2	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>551,6</b>	<b>18,7</b>	<b>15,9</b>	<b>83,2</b>	<b>6,9</b>
<b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Суп сырный с куриным филе, гречками, зеленью	10/250/15	184,0	8,4	6,5	22,8	1,9
Ежики "Аппетитные "	100/50	202,0	11,3	11,8	12,9	1,1
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Сок фруктовый	200	90,0	0	0	22,4	1,8
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>729,0</b>	<b>27,3</b>	<b>25,4</b>	<b>97,7</b>	<b>8,1</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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Масло сливочное порционно	6,90	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Масло шоколадное порционно	9,41	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Сыр порционно	14,63	20	72,0	14,6	6,0	0	0
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	17,59	100	98,0	1,6	5,1	11,3	0,9
Икра кабачковая	17,95	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
<b>Первые блюда</b>							
Суп сырный с куриным филе, гренками, зеленью	29,62	10/250/15	184,0	8,4	6,5	22,8	1,9
<b>Вторые блюда</b>							
Ежики "Аппетитные"	36,97	100/50	202,0	11,3	11,8	12,9	1,1
Котлета куриная с сыром	44,21	90	204,0	16,7	10,0	10,4	0,9
Гуляш из говядины	64,45	100	138,0	9,6	9,6	3,5	0,3
Сырники из творога со сгущенным молоком	62,72	150/30	446,0	24,9	18,1	45,8	3,8
<b>Гарниры</b>							
Макаронные изделия отварные	8,20	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Картофель отварной	17,64	150	117,0	2,9	4,9	15,8	1,3
Пюре картофельное	17,75	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Макаронные изделия отварные с сыром	21,44	150	239,0	8,2	12	24,6	2,1
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	8,00	20	8,0	0,6	0	1,3	0,1
<b>Постные блюда</b>							
Суп картофельный с зеленью	11,92	250	108,0	2,0	5,1	14,0	1,2
Котлеты свекольные	8,41	100	172,0	3,7	7,8	18,8	1,6
Макаронные изделия отварные с овощами, зеленым горошком	12,58	150	209,0	5,3	9,3	25,8	2,2
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,26	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
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	7,47	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,3
Сок фруктовый	10,21	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,8
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,58	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	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.