

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.03.23



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	422,0	25,4	19,7	35,8	2,9
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	85,20	700,0	29,9	30,9	75,4	6,2
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Тефтели мясные с сыром в томатном соусе	100/50	260,0	15,2	17,0	11,5	0,9
Макаронные изделия отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	15	6,0	0,4	0,03	0,9	0,1
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	24	67,2	1,9	0,5	13,7	1,1
Стоимость рациона	102,24	749,2	33,7	26,9	93,3	7,7
Полдник						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Маковый рулетик посыпной	85	258,0	7,4	9,3	36,3	3,0
Стоимость рациона	39,41	414,0	13,0	14,3	58,3	4,8

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 14.03.23

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/40	467,0	26,4	20,9	43,3	3,6
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
М а н д а р и н	1шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	31	87,0	2,5	0,6	17,7	1,5
Стоимость рациона	102,24	804,0	32,4	32,4	95,3	7,9
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Тефтельки мясные с сыром в томатном соусе	100/50	260,0	15,2	17,0	11,5	0,9
Макаронные изделия отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)	45	18,0	1,4	0,1	2,9	0,2
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	19,95	1,7
Стоимость рациона	102,24	792,0	35,6	27,2	101,6	8,4
Полдник						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Маковый рулетик посыпной	85	258,0	7,4	9,3	36,3	3,0
Стоимость рациона	39,41	414,0	13,0	14,3	58,3	4,8

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 14.03.23



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	0,1	10,9	0,2	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
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Батон витаминный с микронутриентами	46	129,0	3,7	0,9	26,2	2,2
Стоимость рациона	85,20	854,0	34,5	37,4	94,5	7,8
Обед 5-11 класс (льготный+платный)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Тефтельки мясные с сыром в томатном соусе	100/50	260,0	15,2	17,0	11,5	0,9
Макаронные изделия отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Огурцы консервированные (доп. гарнир)	20	3,0	0,16	0,04	0,6	0,1
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	73,0	2,1	0,5	14,8	1,2
Стоимость рациона	102,24	786,0	34,8	27,7	99,7	8,3

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева Г.А.

Директор по
производству
Корнева

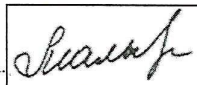
* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.


Меню буфетной продукции на 14 МАРТА 23 г



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	6,72	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Сыр порционно	14,63	20	71,0	4,6	5,8	0	0
Икра кабачковая	17,95	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	17,59	100	98,0	1,6	5,1	11,3	0,9
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	22,84	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Вторые блюда							
Тефтели мясные с сыром в томатном соусе	50,14	100/50	260	15,2	17,0	11,5	0,9
Филе куриное панированное	48,70	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Запеканка из творога со сгущенным молоком	65,27	150/25	422,0	25,4	19,7	35,8	2,9
Котлета из индейки	43,88	90	140,0	12,5	8,3	3,9	0,3
Гарниры							
Макаронные изделия отварные	8,20	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Макаронные изделия с сыром	21,44	150	239,0	8,2	11,9	24,6	2,1
Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)	12,00	30	20,0	0,3	1,2	1,95	0,2
Огурцы консервированные (доп. гарнир)	4,28	20	3,0	0,16	0,04	0,6	0,1
Рис отварной	11,19	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Постные блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	8,50	250	152,0	5,9	5,5	19,5	1,6
Котлета свекольная	8,41	100	172,0	3,7	7,8	18,8	1,6
Рис с овощами, кукурузой и зеленым горошком	18,26	150	239,0	4,5	9,2	26,7	2,2
Напитки							
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
Кофейный напиток витаминизированный	7,67	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Компот из груш	10,85	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб							
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.