

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

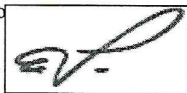
НА 12.09.23

Для  
 согласовано  
 Директор школы №

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 с маслом	200/5	303,0	18,5	23,3	4,6	0,4
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,14	2,7	0,2
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,6	18,9	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>685,4</b>	<b>25,0</b>	<b>35,3</b>	<b>66,2</b>	<b>5,5</b>
<b>Обед 5-11 класс(льготный+платный )</b>						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	10/260	133,0	5,7	5,5	15,2	1,3
Соте из индейки с овощами	200	209,0	12,5	10,3	16,4	1,3
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
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>636,0</b>	<b>23,3</b>	<b>17,5</b>	<b>96,0</b>	<b>8,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный )</b>						
Напиток овсяный фруктовый " Экзотик " 0,2	1шт	100,0	2,0	1,0	22,0	1,8
Плюшка Московская	75	212,0	5,7	5,9	34,1	2,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>312,0</b>	<b>7,7</b>	<b>6,9</b>	<b>56,1</b>	<b>4,6</b>

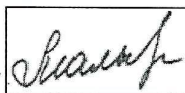
Инженер-техно

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 12.09.23



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,2
Омлет натуральный с маслом	150/5	236,0	13,8	18,5	3,4	0,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,14	2,7	0,2
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Г р у ш а	1шт	92,0	0,8	0,6	20,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>621,0</b>	<b>19,9</b>	<b>30,4</b>	<b>66,3</b>	<b>5,5</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	10/260	133,0	5,7	5,5	15,2	1,3
Соте из индейки с овощами	200	209,0	12,5	10,3	16,4	1,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,2
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
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>646,0</b>	<b>23,9</b>	<b>17,6</b>	<b>97,8</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

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 12.09.23

Согласовано  
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,2
Омлет натуральный с маслом	150/5	236,0	13,8	18,5	3,4	0,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,14	2,7	0,2
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Г р у ш а	1шт	92,0	0,8	0,6	20,6	1,7
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>621,0</b>	<b>19,9</b>	<b>30,4</b>	<b>66,3</b>	<b>5,5</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	10/260	133,0	5,7	5,5	15,2	1,3
Соте из индейки с овощами	200	209,0	12,5	10,3	16,4	1,3
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,2
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>646,0</b>	<b>23,9</b>	<b>17,6</b>	<b>97,8</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  
Мальшева Г.А.

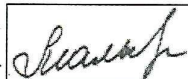
Директор по  
производству  
Корнева

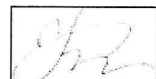
Меню буфетной продукции на 12 СЕНТЯБРЯ 23 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
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	27,32	10/260	133,0	5,7	5,5	15,2	1,3
<b>Вторые блюда</b>							
Омлет натуральный	27,49	150	199,0	13,9	14,4	3,4	1,3
Соте из индейки	50,54	200	209,0	12,5	10,3	16,4	1,3
<b>Гарниры</b>							
Помидоры свежие (доп.гарнир)	10,62	35	15,0	0,8	0,2	2,7	0,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	10,59	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,2
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,45	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	8,26	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Напиток из шиповника	7,85	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
<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  
Малышева 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.