

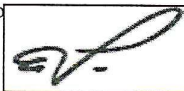
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.11.23

Согласовано  
 Директор школы № 105

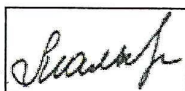
Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,2
Омлет натуральный с маслом	150/5	236,0	13,8	18,5	3,4	0,3
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Йогурт "Растиска" 1/110	1шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,9	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>650,4</b>	<b>24,7</b>	<b>34,9</b>	<b>59,0</b>	<b>4,9</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	322,0	14,0	13,7	35,6	3,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	37	103,6	3,0	0,7	21,2	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>743,6</b>	<b>25,0</b>	<b>22,1</b>	<b>103,6</b>	<b>8,6</b>
<b>Полдник(льготный+платный)</b>						
Кисломолочный напиток "Снежок"	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



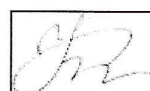
Столярова Е.А.

Калькулятор



Мальшева Г.А.

Директор по  
 производству  
 Корнева



\* - 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

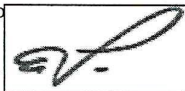
НА 21.11.23

Согласовано  
Директор школы № 105

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
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Йогурт "Растиска" 1/110	1шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,9	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>650,4</b>	<b>24,7</b>	<b>34,9</b>	<b>59,0</b>	<b>4,9</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	322,0	14,0	13,7	35,6	3,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	37	103,6	3,0	0,7	21,2	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>743,6</b>	<b>25,0</b>	<b>22,1</b>	<b>103,6</b>	<b>8,6</b>
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток "Снежок"	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>

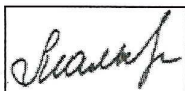
Инженер-техно

Столярова Е.А.



Калькулятор

Мальшева Г.А.



Директор по  
производству

Корнева



\* - 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

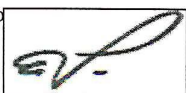
НА 21.11.23

Для документа  
Согласовано  
Директор школы № 105

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	322,0	14,0	13,7	35,6	3,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>710,0</b>	<b>24,0</b>	<b>21,9</b>	<b>96,7</b>	<b>8,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный )</b>						
Х а ч а п у р и	80	238,0	10,3	12,1	22,2	1,9
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>408,0</b>	<b>10,8</b>	<b>12,6</b>	<b>62,9</b>	<b>5,2</b>

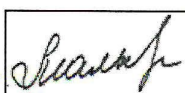
Инженер-техно

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.

Меню буфетной продукции на 21 НОЯБРЯ 23 г

*Мухомов*


Согласовано  
Директор школы № 105



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	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	25,65	10/255	121,0	4,7	6,9	10,1	0,8
<b>Вторые блюда</b>							
Омлет натуральный	27,49	150	198,0	13,8	14,4	3,4	1,3
Плов из говядины	66,32	200	322,0	14,0	13,7	35,6	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	1,45	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
Какао с молоком	15,64	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Компот из кураги	6,69	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  
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.