

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.12.24

Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                                      |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло шоколадное  | 10            | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2         | 0,2                                  |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком                     | 150/30        | 437,0              | 25,7        | 20,1        | 38,2        | 3,8                                  |
| Чай с сахаром   | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 1,0                                  |
| Я б л о к о   | 1шт           | 49,0               | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                               | 28            | 67,2               | 2,0         | 0,7         | 14,0        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>91,33</b>  | <b>659,2</b>       | <b>28,4</b> | <b>27,5</b> | <b>75,3</b> | <b>7,5</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>   |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп куриный с зеленью   | 250           | 96,0               | 2,3         | 3,0         | 11,7        | 1,2                                  |
| Котлета рыбная  | 100           | 208,0              | 13,0        | 10,5        | 15,5        | 1,6                                  |
| Пюре картофельное   | 150           | 108,0              | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,2                                  |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир) | 70            | 71,0               | 1,1         | 3,6         | 8,5         | 0,8                                  |
| Компот из кураги  | 200           | 86,0               | 1,0         | 0,0         | 13,2        | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами                               | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                               | 43            | 103,2              | 3,0         | 1,1         | 21,5        | 2,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>109,60</b> | <b>725,2</b>       | <b>25,3</b> | <b>23,7</b> | <b>93,3</b> | <b>9,3</b>                           |

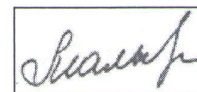
Инженер-технолог

Горячкина Н Н



Калькулятор

Малышева Г.А.



\* - 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 10.12.24

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                               | 10            | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2         | 0,2                                  |
| Плов из говядины                               | 200           | 309,0              | 12,7        | 12,8        | 36,0        | 3,6                                  |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 1,0                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                | 45            | 108,0              | 3,2         | 1,1         | 22,5        | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>91,33</b>  | <b>523,0</b>       | <b>16,2</b> | <b>20,2</b> | <b>70,8</b> | <b>7,0</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп куриный с зеленью                          | 250           | 96,0               | 2,3         | 3,0         | 11,7        | 1,2                                  |
| Котлета рыбная                                 | 100           | 208,0              | 13,0        | 10,5        | 15,5        | 1,6                                  |
| Пюре картофельное                              | 180           | 130,0              | 3,8         | 6,3         | 14,5        | 1,4                                  |
| Компот из кураги                               | 200           | 86,0               | 1,0         | 0,0         | 13,2        | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                | 20            | 48,0               | 1,4         | 0,5         | 10,0        | 1,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>109,60</b> | <b>621,0</b>       | <b>23,3</b> | <b>20,6</b> | <b>75,7</b> | <b>7,6</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |             |                                      |
| Напиток овсяный 0,2                            | 1штг          | 140,0              | 2,0         | 6,4         | 19,0        | 1,9                                  |
| Плюшка Московская                              | 65            | 184,0              | 4,9         | 5,1         | 29,6        | 2,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>42,25</b>  | <b>324,0</b>       | <b>6,9</b>  | <b>11,5</b> | <b>48,6</b> | <b>4,8</b>                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

\* - 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 10.12.24



| Наименование блюда   | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки       | Жиры        | Углеводы, г | примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                 |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло шоколадное   | 10            | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2         | 0,2                                  |
| Запеканка из творога со стуженным молоком                    | 150/30        | 437,0              | 25,7        | 20,1        | 38,2        | 3,8                                  |
| Чай с сахаром  | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 1,0                                  |
| Я б л о к о  | 1шт           | 49,0               | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                              | 28            | 67,2               | 2,0         | 0,7         | 14,0        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                     | <b>91,33</b>  | <b>659,2</b>       | <b>28,4</b> | <b>27,5</b> | <b>75,3</b> | <b>7,5</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп куриный с зеленью  | 250           | 96,0               | 2,3         | 3,0         | 11,7        | 1,2                                  |
| Котлета рыбная   | 100           | 208,0              | 13,0        | 10,5        | 15,5        | 1,6                                  |
| Пюре картофельное  | 150           | 108,0              | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,2                                  |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир) | 70            | 71,0               | 1,1         | 3,6         | 8,5         | 0,8                                  |
| Компот из кураги   | 200           | 86,0               | 1,0         | 0,0         | 13,2        | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                             | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                              | 43            | 103,2              | 3,0         | 1,1         | 21,5        | 2,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                     | <b>109,60</b> | <b>725,2</b>       | <b>25,3</b> | <b>23,7</b> | <b>93,3</b> | <b>9,3</b>                           |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>                |               |                    |             |             |             |                                      |
| Сочник с абрикосовой начинкой 1/70                           | 1шт           | 289,0              | 3,5         | 10,9        | 43,3        | 4,3                                  |
| Компот из груш   | 200           | 58,0               | 0,2         | 0,1         | 14,0        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                     | <b>42,25</b>  | <b>347,0</b>       | <b>3,7</b>  | <b>11,0</b> | <b>57,3</b> | <b>5,7</b>                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

Меню учителя на 10 ДЕКАБРЯ 24г

  
 ГОРОДА НИЖНЕГО  
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬСКОГО  
 ЦЕНТРА № 825902302  
 СОГЛАСОВАНО  
 Директор школы № 1

| Наименование блюда                             | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                          |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Масло шоколадное                               | 9,75  | 10        | 65,0               | 0,1      | 6,2     | 2,2         | 0,2                                  |
| <b>Первые блюда</b>                            |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Суп куриный с зеленью                          | 21,54 | 250       | 96,0               | 2,3      | 3,0     | 11,7        | 1,2                                  |
| <b>Вторые блюда</b>                            |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком      | 73,36 | 150/30    | 437,0              | 25,7     | 20,1    | 38,2        | 3,8                                  |
| Котлета рыбная                                 | 50,38 | 100       | 208,0              | 13,0     | 10,5    | 15,5        | 1,6                                  |
| Плов из говядины                               | 75,13 | 200       | 309,0              | 12,7     | 12,8    | 36,0        | 3,6                                  |
| <b>Гарниры</b>                                 |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Пюре картофельное                              | 26,51 | 180       | 130,0              | 3,8      | 6,3     | 14,5        | 1,4                                  |
| Капуста квашеная м маслом растительным.сахаром | 13,15 | 70        | 71,0               | 1,1      | 3,6     | 8,5         | 0,8                                  |
| <b>Напитки</b>                                 |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Чай с сахаром                                  | 1,69  | 200       | 41,0               | 0,2      | 0,1     | 10,1        | 1,0                                  |
| Чай без сахара                                 | 0,67  | 200       | 2,0                | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0,0                                  |
| Компот из кураги                               | 7,71  | 200       | 86,0               | 1,0      | 0,0     | 13,2        | 1,3                                  |
| <b>Хлеб</b>                                    |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 2,00  | 25        | 53,0               | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                | 3,96  | 25        | 60,0               | 1,8      | 0,6     | 12,5        | 1,3                                  |

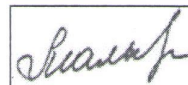
Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.



Калькулято

Р  
Мальшева Г.А.



] 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.