

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 26.04.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Котлета куриная	100	229,0	20,2	8,9	16,8	1,4
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	55	8,0	0,4	0,0	1,4	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1штг	47,0	0,4	0,4	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
Стоимость рациона	85,20	674,0	27,8	23,7	87,2	7,3
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом , зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,1
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	37	78,4	2,7	0,4	16,0	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	102,24	727,4	31,8	22,4	99,7	8,3
Полдник 1-4 класс (льготный+платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	200	75,0	3,0	2,8	9,5	0,8
Булочка ванильная	50	139,0	3,8	3,7	22,6	1,9
Стоимость рациона	39,41	214,0	6,8	6,5	32,1	2,7

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.

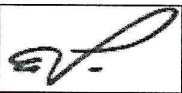
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 26.04.24

Для документа
 Согласовано
 Директор школы № 105

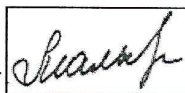
Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Котлета куриная	100	229,0	20,2	8,9	16,8	1,4
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	55	8,0	0,4	0,0	1,4	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1шт	47,0	0,4	0,4	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
Стоимость рациона	85,20	674,0	27,8	23,7	87,2	7,3
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом , зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,1
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	37	78,4	2,7	0,4	16,0	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	102,24	727,4	31,8	22,4	99,7	8,3

Инженер-техно



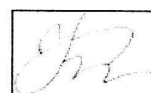
Столярова Е.А.

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

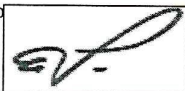
НА 26.04.24

Согласовано
 Директор школы № 105

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Гёфтели мясные в соусе	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,2
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	31	86,8	2,5	0,6	17,7	1,5
Стоимость рациона	85,20	677,8	21,0	32,1	76,6	6,3
Обед 5-11 класс(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	34	72,1	2,4	0,4	14,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	102,24	708,1	30,8	22,3	96,1	8,0
Полдник 5-11 класс (льготный+платный)						
Пирожок печеный сдобный с творогом	80	194,0	9,6	7,5	22,3	1,8
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,9
Я б л о к о	1шт	47,0	0,4	0,4	10,3	0,9
Стоимость рациона	39,41	331,0	10,0	7,9	55,0	4,6

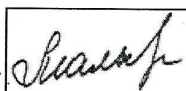
Инженер-техно

Столярова Е.А.



Калькулятор

Мальшева Г.А.



Директор по
 производству
 Корнева



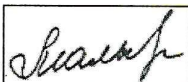
* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.


МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 26 АПРЕЛЯ 2022 г

Согласовано
Директор школы № 105

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,7
Масло сливочное	8,92	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Помидоры свежие с маслом растительным	21,44	100	109,0	0,99	10,2	3,4	0,2
Первые блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	26,02	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Вторые блюда							
Тефтели мясные в соусе	54,77	100/50	264,	13,8	16,6	15,0	1,2
Макаронник с мясом	60,98	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Котлета куриная	50,55	100	229,0	20,2	8,9	16,8	1,4
Гарниры							
Рис отварной	13,62	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	8,82	55	8,0	0,4	0	1,4	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	12,97	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Постные блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	11,00	250	87,0	1,7	5,0	7,7	0,6
Рис с овощами, кукурузой и зеленым горошком	19,75	150	239,0	4,5	9,2	26,7	2,2
Пюре гороховое с маслом растительным	4,75	150	249,0	15,5	7,6	26,0	2,2
Напитки							
Чай с сахаром	1,44	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,48	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Компот из ягод	7,85	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Сок фруктовый	14,91	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,8
Хлеб							
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
Мальшцева 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.