

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>					
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0,0
Омлет натуральный	200	269,0	18,5	19,6	4,6
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	25	10,0	0,8	0,05	1,6
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5
Батон витаминный с микроэлементами	46	129,0	3,7	0,9	26,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>677,0</b>	<b>29,4</b>	<b>36,2</b>	<b>58,3</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>					
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	265	94,0	4,2	4,5	9,2
Азу из говядины	200	234,0	10,4	11,9	21,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	20	4,0	0,22	0,04	0,76
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>541,0</b>	<b>19,6</b>	<b>17,2</b>	<b>69,6</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>					
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0,0	22,4
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8
Булочка обсыпанная с творогом	75	209,0	8,8	7,8	25,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>348,0</b>	<b>9,2</b>	<b>8,2</b>	<b>58,9</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Мальшцева Г.А.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>					
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	5,2	2,2
Сыр порционно	20	71,0	4,6	5,8	0,0
Омлет натуральный	150	201,0	13,8	14,7	3,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5
Кисломолочный продукт " Би о л а к т "	100	75,0	2,8	3,2	8,0
Батон витаминный с микроэлементами	22	62,0	1,8	0,4	12,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>592,0</b>	<b>25,8</b>	<b>31,2</b>	<b>48,7</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>					
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	265	94,0	4,2	4,5	9,2
Азу из говядины	200	234,0	10,4	11,9	21,3
Помидоры свежие ( доп. гарнир)	70	15,0	0,8	0,14	2,7
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8
Батон витаминный с микроэлементами	39	109,2	3,1	0,8	22,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>591,2</b>	<b>21,3</b>	<b>17,6</b>	<b>79,5</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>					
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0
Булочка обсыпная с творогом	75	209,0	8,8	7,8	25,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>365,0</b>	<b>14,4</b>	<b>12,8</b>	<b>47,7</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева Г.А.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
<b>Завтрак 1-4 класс</b>					
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	5,2	2,2
Сыр порционно	20	71,0	4,6	5,8	0,0
Омлет натуральный	150	201,0	13,8	14,7	3,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5
Кисломолочный продукт "Биолакт"	100	75,0	2,8	3,2	8,0
Батон витаминный с микронутриентами	22	62,0	1,8	0,4	12,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>592,0</b>	<b>25,8</b>	<b>31,2</b>	<b>48,7</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>					
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	265	94,0	4,2	4,5	9,2
Азу из говядины	200	234,0	10,4	11,9	21,3
Помидоры свежие (доп. гарнир)	70	15,0	0,8	0,14	2,7
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8
Батон витаминный с микронутриентами	39	109,2	3,1	0,8	22,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>591,2</b>	<b>21,3</b>	<b>17,6</b>	<b>79,5</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева Г.А.

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



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	5,2	2,2	0,1
Сыр порционно	15,33	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
<b>Первые блюда</b>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	27,25	265	94,0	4,2	4,5	9,2	0,7
<b>Вторые блюда</b>							
Омлет натуральный	29,40	150	201,0	13,8	14,7	3,4	0,2
Азу из говядины	65,52	200	234,0	10,4	11,9	21,3	1,8
<b>Гарниры</b>							
Помидоры свежие ( доп. гарнир)	15,85	70	15,0	0,8	0,14	2,7	0,2
Горошек зеленый консервированный ( доп. гарнир)	9,18	25	10,0	0,8	0,05	1,6	0,1
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,67	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Кофейный напиток витаминизированный	10,37	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,8
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

Р  
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.