

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.10.24

Для  
*Мухомов*  
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>						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Пюре яблочное 1/125	1шт	55,0	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	27	76,0	2,2	0,5	15,4	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>592,0</b>	<b>26,4</b>	<b>15,9</b>	<b>84,2</b>	<b>8,4</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,4
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	4,0
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	65	9,0	0,5	0,1	1,5	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Вафли 1/18	1шт	92,0	0,8	4,5	11,9	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>842,0</b>	<b>38,9</b>	<b>23,6</b>	<b>110,7</b>	<b>11,1</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,9
Сдоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	3,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>285,0</b>	<b>10,1</b>	<b>9,7</b>	<b>39,3</b>	<b>3,9</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева Г.А.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.10.24

Для  
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>						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Пюре яблочное 1/125	1шт	55,0	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	27	76,0	2,2	0,5	15,4	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>592,0</b>	<b>26,4</b>	<b>15,9</b>	<b>84,2</b>	<b>8,4</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,4
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	4,0
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	65	9,0	0,5	0,1	1,5	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Вафли 1/18	1шт	92,0	0,8	4,5	11,9	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>842,0</b>	<b>38,9</b>	<b>23,6</b>	<b>110,7</b>	<b>11,1</b>

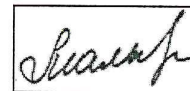
Инженер-технолог

Горячкина Н Н



Калькулятор

Мальшева Г.А.



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

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.10.24

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 сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Плов из куриного филе	200	384,0	18,6	10,4	41,7	4,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	45	6,0	0,4	0,0	1,1	0,1
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	1,1
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>628,0</b>	<b>21,9</b>	<b>18,8</b>	<b>80,4</b>	<b>8,0</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>						
Бульон с куриным филе, гречками,зеленью	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,4
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	4,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Вафли 1/18	1шт	92,0	0,8	4,5	11,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42,4	1,4	0,2	8,6	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	22	61,6	1,8	0,4	12,6	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>786,0</b>	<b>37,0</b>	<b>23,1</b>	<b>99,6</b>	<b>10,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>						
Пицца " Школьная "	100	274,0	13,5	10,4	31,5	3,2
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>378,0</b>	<b>14,2</b>	<b>10,7</b>	<b>56,1</b>	<b>5,6</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева Г.А.

Меню учителя на 18 ОКТЯБРЯ 24г

Согласовано  
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло сливочное	11,75	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
<b>Первые блюда</b>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25,78	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,4
<b>Вторые блюда</b>							
Котлета куриная	41,78	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Плов из филе куриного	45,71	200	384,0	18,6	10,4	41,7	4,2
Макаронник с мясом	60,98	200	397,0	21,0	17,1	39,6	4,0
<b>Гарниры</b>							
Огурцы свежие (доп.гарнир)	11,78	65	9,0	0,5	0,1	1,5	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	15,85	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	14,78	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
<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	0,0
Чай с лимоном	5,45	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	1,1
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 витаминный с микронутриентами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

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.