

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.24

Согласовано
 Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный / платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Г р у ш а	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
Стоимость рациона	91,33	537,4	12,4	19,0	79,8	7,9
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	31	65,7	2,2	0,4	13,4	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	36	86,4	2,5	0,9	18,0	1,8
Стоимость рациона	109,60	749,1	25,1	21,2	115,2	11,5
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	201	156,8	5,6	5,0	22,1	2,2
Ватрушка с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	3,3
Стоимость рациона	42,25	484,8	24,1	18,5	55,2	5,5

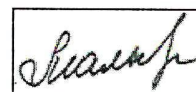
Инженер-технолог

Горячкина Н Н



Калькулятор

Мальшева Г.А.



ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.24

Для документа
Согласовано
Директор школы №

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	0,01
Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Г р у ш а	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
Стоимость рациона	91,33	537,4	12,4	19,0	79,8	7,9
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	31	65,7	2,2	0,4	13,4	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	36	86,4	2,5	0,9	18,0	1,8
Стоимость рациона	109,60	749,1	25,1	21,2	115,2	11,5

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 21.10.24

Для документа
Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)						
Бутерброд горячий с сыром	50	195,0	8,5	12,7	11,5	1,2
Каша молочная пшеничная с маслом	250/5	250,0	8,0	8,5	35,2	3,5
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Я б л о к о	1штг	58,0	0,5	0,5	12,7	1,2
Батон, обогащенный йодоказеином	26	62,4	1,8	0,6	13,0	1,3
Стоимость рациона	91,33	689,4	22,4	25,3	93,2	9,3
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,3
Стоимость рациона	109,60	731,0	24,4	21,5	110,4	11,0
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Кисломолочный напиток "Снежок"	201	156,8	5,6	5,0	22,1	2,2
Ватрушка с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	3,3
Стоимость рациона	42,25	484,8	24,1	18,5	55,2	5,5

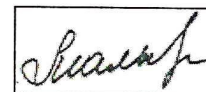
Инженер-технолог

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.

Меню учителя на 21 ОКТЯБРЯ 24г

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 10»
 Согласовано
 Директор школы №

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,75	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Бутерброд горячий с сыром	32,11	50	195,0	8,5	12,7	11,5	1,2
Первые блюда							
Суп сырный с гречками, зеленью	27,87	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Вторые блюда							
Каша молочная пшеничная с маслом	19,11	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Гуляш из говядины	55,21	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Гарниры							
Помидоры свежие (доп.гарнир)	13,59	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Рожки отварные	12,08	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Напитки							
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	0,01
Какао с молоком	16,24	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,61	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2

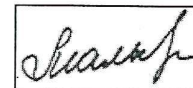
Инженер-технолог

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.