

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.12.24



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 с сыром	90	152,0	11,9	8,1	7,9	0,7
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Пюре яблочное 1/125	1штг	55,0	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	46	129,0	3,7	0,9	26,3	2,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>564,0</b>	<b>19,6</b>	<b>15,4</b>	<b>86,8</b>	<b>8,6</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	117,0	4,7	6,5	10,0	1,0
Макаронник с печенью	200	362,0	19,7	12,4	42,8	4,3
Икра кабачковая (доп.гарнир)	65	51,0	0,8	3,0	5,0	0,5
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Вафли 1/18	1штг	92,0	0,8	4,5	11,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	52	146,0	4,2	1,0	29,7	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>879,0</b>	<b>32,2</b>	<b>27,8</b>	<b>124,2</b>	<b>12,4</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1штг	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

*Handwritten signature*

Калькулятор

*Handwritten signature in a box*

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.12.24

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>						
Котлета куриная с сыром	90	152,0	11,9	8,1	7,9	0,7
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Пюре яблочное 1/125	1штг	55,0	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	46	129,0	3,7	0,9	26,3	2,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>564,0</b>	<b>19,6</b>	<b>15,4</b>	<b>86,8</b>	<b>8,6</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	117,0	4,7	6,5	10,0	1,0
Макаронник с печенью	200	362,0	19,7	12,4	42,8	4,3
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	65	51,0	0,8	3,0	5,0	0,5
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Вафли 1/18	1штг	92,0	0,8	4,5	11,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	52	146,0	4,2	1,0	29,7	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>879,0</b>	<b>32,2</b>	<b>27,8</b>	<b>124,2</b>	<b>12,4</b>

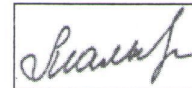
Инженер-технолог

Горячкина Н Н



Калькулятор

Мальшова 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 20.12.24

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 сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Индейка с булгуром	200	350,0	12,8	15,5	39,8	4,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	26	73,0	2,1	0,5	14,8	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>614,0</b>	<b>15,7</b>	<b>27,4</b>	<b>75,9</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем,говядиной гушеной,сметаной,зеленью	275	117,0	4,7	6,5	10,0	1,0
Макаронник с печенью	200	362,0	19,7	12,4	42,8	4,3
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	65	51,0	0,8	3,0	5,0	0,5
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	73,0	2,1	0,5	14,8	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>716,1</b>	<b>29,3</b>	<b>22,8</b>	<b>97,8</b>	<b>9,8</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>						
Пицца сырная	100	353,0	14,4	17,1	35,3	3,5
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>457,0</b>	<b>15,1</b>	<b>17,4</b>	<b>59,9</b>	<b>6,0</b>

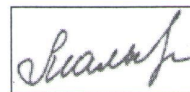
Инженер-технолог

Горячкина Н Н



Калькулятор

Малышева Г.А.



Меню учителя на 20 ДЕКАБРЯ 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	13,10	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
<b>Первые блюда</b>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	24,12	275	117,0	4,7	6,5	10,0	1,0
<b>Вторые блюда</b>							
Котлета куриная с сыром	54,17	90	152,0	11,9	8,1	7,9	0,7
Индейка с булгуром	56,28	200	350,0	12,8	15,5	39,8	4,0
Макаронник с печенью	54,17	200	362,0	19,7	12,4	42,8	4,3
<b>Гарниры</b>							
Икра кабачковая (доп.гарнир)	12,63	65	51,0	0,8	3,0	5,0	0,5
Рис отварной	17,95	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
<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	3,46	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Компот из груш	13,01	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микроэлементами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	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.