

133

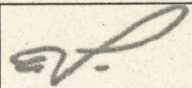
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

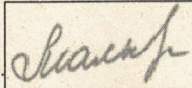


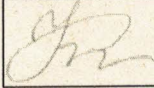
НА 02.10.23

Согласовано  
Директор школы № 133

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное порционно 1/15	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Каша молочная гречневая с маслом	200/5	253,0	9,0	8,5	35,3	2,9
Йогурт "Растиска" 1/110	1шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,7	19,4	1,6
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>23,4</b>	<b>32,4</b>	<b>88,2</b>	<b>7,3</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	101,0	4,2	5,2	9,3	0,8
Плов из говядины	200	322,0	14,0	13,7	35,6	2,9
Помидоры свежие (доп. гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Компот из груши	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>23,3</b>	<b>20,0</b>	<b>89,0</b>	<b>7,4</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка московская	60	170,0	4,6	4,7	27,3	2,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>10,6</b>	<b>11,1</b>	<b>36,7</b>	<b>3,0</b>

Инженер-техн  
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 02.10.23

Согласовано  
Директор школы № 133

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*	
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>							
Масло сливочное порционно 1/15	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0	
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0	0	
Каша молочная гречневая с маслом	200/5	253,0	9,0	8,5	35,3	2,9	
Йогурт "Растишка" 1/110	1шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0	
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8	
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,7	19,4	1,6	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>737,2</b>	<b>23,4</b>	<b>32,4</b>	<b>88,2</b>	<b>7,3</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	101,0	4,2	5,2	9,3	0,8	
Плов из говядины	200	322,0	14,0	13,7	35,6	2,9	
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2	
Компот из груши	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2	
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9	
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>630,2</b>	<b>23,3</b>	<b>20,0</b>	<b>89,0</b>	<b>7,4</b>
<b>Полдник(льготный+платный)</b>							
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8	
Плюшка московская	60	170,0	4,6	4,7	27,3	2,2	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>290,0</b>	<b>10,6</b>	<b>11,1</b>	<b>36,7</b>	<b>3,0</b>

Инженер-техн

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 02.10.23

Согласовано  
Директор школы № 133

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 порционно 1/15	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Бефстроганов из филе индейки	100	172,0	9,8	12,0	5,9	0,4
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	3,7
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>778,0</b>	<b>26,0</b>	<b>36,8</b>	<b>85,5</b>
<b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	101,0	4,2	5,2	9,3	0,8
Плов из говядины	200	322,0	14,0	13,7	35,6	2,9
Компот из груши	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>604,0</b>	<b>22,2</b>	<b>19,8</b>	<b>84,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Плюшка с маком	100	287,0	8,2	8,9	43,6	3,6
Я б л о к о	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>430,0</b>	<b>8,7</b>	<b>9,4</b>	<b>77,8</b>

Инженер-техн

Калькулятор

Столярова Е.А.

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.



Меню буфетной продукции на 02 ОКТЯБРЯ 23 г

Согласовано  
Директор школы № 13



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Холодные блюда</b>							
Масло сливочное порционно 1/15	11,39	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Сыр порционно	9,83	15	53,0	3,5	4,4	0	0
<b>Первые блюда</b>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	24,76	10/260	101,0	4,2	5,2	9,3	0,8
<b>Вторые блюда</b>							
Бефстроганов из филе индейки	44,47	100	172,0	9,8	12,0	5,9	0,4
Плов из говядины	66,32	200	322,0	14,0	13,7	35,6	2,9
Каша молочная гречневая с маслом	19,72	200/5	253,0	9,0	8,5	35,3	2,9
<b>Гарниры</b>							
Каша гречневая рассыпчатая	10,64	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	10,62	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,45	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Какао с молоком	15,64	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Компот из груши	8,42	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
<b>Хлеб</b>							
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

Мальшева 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.