

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.05.24

Согласовано  
Директор школы № 3



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,08
Котлеты из индейки	90	176,0	15,4	7,0	12,8	1,1
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	55	8,0	0,4	0,0	1,4	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	28	78,4	2,2	0,5	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>614,5</b>	<b>26,8</b>	<b>22,2</b>	<b>77,0</b>	<b>6,4</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Бульон с куриным филе, гренокми , зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,1
Запеканка картофельная с мясом тушеным	200	273,0	12,5	14,6	22,8	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Компот из груши	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	28	78,4	2,2	0,5	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>621,4</b>	<b>27,1</b>	<b>19,3</b>	<b>84,1</b>	<b>7,0</b>

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

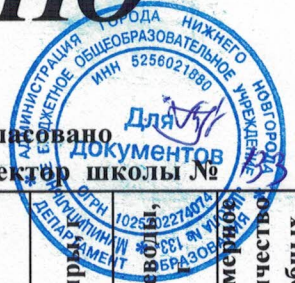
Директор по  
производству  
Корнева

\* - 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 03.05.24

Согласовано  
 Для документов  
 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>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,08
Котлеты из индейки	90	176,0	15,4	7,0	12,8	1,1
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	55	8,0	0,4	0,0	1,4	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,5	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>26,8</b>	<b>22,2</b>	<b>77,0</b>	<b>6,4</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный+платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гречками , зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,1
Запеканка картофельная с мясом тушеным	200	273,0	12,5	14,6	22,8	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
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	28	78,4	2,2	0,5	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>27,1</b>	<b>19,3</b>	<b>84,1</b>	<b>7,0</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный+платный)</b>						
Кисломолочный напиток " С не ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Ватрушка с творогом	85	372,0	21,0	15,3	37,5	3,1
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>26,6</b>	<b>20,3</b>	<b>59,5</b>	<b>4,9</b>

Инженер-техно

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 03.05.24

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	0,08
Индейка с булгуром	200	375,0	14,2	18,7	37,6	3,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,3
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>18,5</b>	<b>27,1</b>	<b>76,4</b>	<b>6,3</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,1
Запеканка картофельная с мясом тушеным	200	273,0	12,5	14,6	22,8	1,9
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>26,0</b>	<b>16,3</b>	<b>75,6</b>	<b>6,3</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Пирожок печеный сдобный с курицей, капустой	80	171,0	9,4	6,0	19,8	1,7
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,0
Яблоко	1 шт	47,0	0,4	0,4	10,3	0,8
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>10,5</b>	<b>6,7</b>	<b>54,7</b>	<b>4,5</b>

Инженер-техно

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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Приготовлено количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло сливочное	8,92	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,08
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	17,87	100	98,0	1,6	5,1	11,3	0,9
Огурцы свежие с маслом растительным	16,42	100	103,0	0,7	10,08	2,3	0,2
<b>Первые блюда</b>							
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	26,19	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,1
<b>Вторые блюда</b>							
Запеканка картофельная с мясом тушеным	64,91	200	273,0	12,5	14,6	22,8	1,9
Котлеты из индейки	62,81	90	176,0	15,4	7,0	12,8	1,1
Индейка с булгуром	68,68	200	375,0	14,2	18,7	37,6	3,1
<b>Гарниры</b>							
Каша гречневая рассыпчатая	10,71	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	10,76	60	59,0	0,9	3	6,8	0,6
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	8,82	55	8,0	0,4	0	1,4	0,1
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,44	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,48	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Компот из груши	8,35	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
<b>Постные блюда</b>							
Суп картофельный с рисом, зеленью	12,36	250	123,0	2,0	5,3	16,7	1,3
Котлета капустная	10,89	100	160,0	3,6	7,7	10,8	0,9
Каша гречневая рассыпчатая с сахаром, маслом растительным	6,15	150	176,0	7,9	7,1	43,7	3,6
<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.