

133

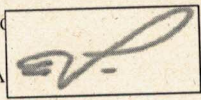
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 09.11.23

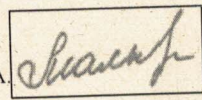
Согласовано
 Директор школы № 133

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	65	198,0	7,8	13,0	12,2	1,0
Каша молочная гречневая с маслом	200/5	253,0	9,0	8,5	35,3	2,9
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,0	1,5
Стоимость рациона	85,20	746,4	26,1	28,5	94,6	7,9
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,9	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
Стоимость рациона	102,24	667,9	35,3	26,8	71,4	5,9
Полдник						
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	1 шт	140,0	2,0	6,4	19,0	1,6
Плюшка Московская	75	212,0	5,7	5,9	34,1	2,8
Стоимость рациона	39,41	352,0	7,7	12,3	53,1	4,4

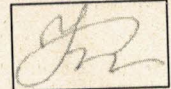
Инженер-технолог
 Столярова Е.А.



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 09.11.23

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	65	198,0	7,8	13,0	12,2	1,0
Каша молочная гречневая с маслом	200/5	253,0	9,0	8,5	35,3	2,9
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1 шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,0	1,5
Стоимость рациона	85,20	746,4	26,1	28,5	94,6	7,9
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,9	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
Стоимость рациона	102,24	667,9	35,3	26,8	71,4	5,9
Полдник(льготный+платный)						
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	1 шт	140,0	2,0	6,4	19,0	1,6
Плюшка Московская	75	212,0	5,7	5,9	34,1	2,8
Стоимость рациона	39,41	352,0	7,7	12,3	53,1	4,4

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 09.11.23

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)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Тефтели мясные в соусе	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,2
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	33	92,4	2,6	0,7	18,9	1,5
Стоимость рациона	85,20	845,4	30,6	35,4	101,3	8,4
Обед 5-11 класс (льготный+платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,6
Стоимость рациона	102,24	713,0	36,6	28,1	78,5	6,5
Полдник 5-11 класс (льготный+платный)						
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0	28,0	2,3
Пирожок печеный слобный с курицей и капустой	75	160,0	8,8	5,6	18,6	1,6
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,0
Стоимость рациона	39,41	330,0	9,3	6,1	59,3	4,9

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.

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
			ность, Ккал					
Холодные блюда								
Масло шоколадное	6,72	10	65,0		0,1	6,2	2,2	0,2
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	27,43	65	198,0		7,8	13	12,2	1,0
Первые блюда								
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	21,16	10/250	78,0		4,0	3,9	6,9	0,6
Вторые блюда								
Каша молочная гречневая с маслом	19,72	200/5	253,0		9,0	8,5	35,3	2,9
Филе куриное панированное	69,38	100	296,0		24,0	16,7	12,4	1,0
Тефтели мясные в соусе	45,93	100/50	264,0		13,8	16,6	15,0	1,2
Гарниры								
Пюре картофельное	15,08	150	108,0		3,1	5,2	12,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	10,64	150	246,0		8,5	7,3	36,6	3,1
Напитки								
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
Компот из яблок	4,74	200	58,0		0,2	0,2	13,9	1,2
Какао с молоком	15,64	200	128,0		3,9	3,1	21,1	1,8
Хлеб								
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.