

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 11.09.23

Согласовано
Директор школы № 133

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорий- ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|----------------------------|-------------|-------------|----------------|---|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Сыр порционно | 10 | 35,0 | 2,3 | 2,9 | 0 | 0 |
| Масло сливочное порционно 1/15 | 1шт | 112,0 | 0,1 | 12,4 | 0,1 | 0 |
| Пудинг " Лакомка "со сгущенным молоком | 150/25 | 385,0 | 15,9 | 11,5 | 54,5 | 4,5 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 43,0 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 0,9 |
| Я б л о к о | 1шт | 67,0 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 712,0 | 21,2 | 28,0 | 93,9 | 7,8 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 250/15 | 173,0 | 6,1 | 6,3 | 22,8 | 1,9 |
| Гуляш из говядины | 100 | 150,0 | 10,7 | 10,5 | 3,2 | 0,2 |
| Вермишель отварная | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,3 |
| Помидоры свежие (доп. гарнир) | 60 | 13,0 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 0,2 |
| Сок фруктовый | 200 | 90,0 | 0 | 0 | 22,4 | 1,9 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 0,9 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 31 | 86,8 | 2,5 | 0,6 | 17,7 | 1,5 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 743,8 | 27,2 | 22,7 | 107,1 | 8,9 |
| Полдник | | | | | | |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 120,0 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Плюшка с маком | 50 | 143,0 | 4,1 | 4,4 | 21,8 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 263,0 | 10,1 | 10,8 | 31,2 | 2,6 |

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 11.09.23

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) | | | | | | | |
| Сыр порционнo | 10 | 35,0 | 2,3 | 2,9 | 0 | 0 | |
| Масло сливочное порционнo 1/15 | 1шт | 112,0 | 0,1 | 12,4 | 0,1 | 0 | |
| Пудинг " Лакомка "со сгущенным молоком | 150/25 | 385,0 | 15,9 | 11,5 | 54,5 | 4,5 | |
| Чай с лимоном | 200/7 | 43,0 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 0,9 | |
| Я б л о к о | 1шт | 67,0 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 | |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 | |
| Стоимость рациона | | 85,20 | 712,0 | 21,2 | 28,0 | 93,9 | 7,8 |
| Обед 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 250/15 | 173,0 | 6,1 | 6,3 | 22,8 | 1,9 | |
| Гуляш из говядины | 100 | 150,0 | 10,7 | 10,5 | 3,2 | 0,2 | |
| Вермишель отварная | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,3 | |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 60 | 13,0 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 0,2 | |
| Сок фруктовый | 200 | 90,0 | 0 | 0 | 22,4 | 1,9 | |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 0,9 | |
| Батон витаминный с микронутриентами | 31 | 86,8 | 2,5 | 0,6 | 17,7 | 1,5 | |
| Стоимость рациона | | 102,24 | 743,8 | 27,2 | 22,7 | 107,1 | 8,9 |
| Полдник(льготный+платный) | | | | | | | |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 120,0 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 0,8 | |
| Плюшка с маком | 50 | 143,0 | 4,1 | 4,4 | 21,8 | 1,8 | |
| Стоимость рациона | | 39,41 | 263,0 | 10,1 | 10,8 | 31,2 | 2,6 |

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 11.09.23

Согласовано
Директор школы № 133



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Сыр порционно | 10 | 35,0 | 2,3 | 2,9 | 0 | 0 |
| Пудинг " Лакомка "со сгущенным молоком | 200/20 | 465,0 | 20,2 | 13,8 | 65,2 | 5,4 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 611,0 | 24,7 | 17,3 | 89,6 | 7,4 |
| Обед 5-11 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 250/15 | 173,0 | 6,1 | 6,3 | 22,8 | 1,9 |
| Гуляш из говядины | 100 | 150,0 | 10,7 | 10,5 | 3,2 | 0,2 |
| Вермишель отварная | 180 | 212,0 | 6,5 | 5,7 | 33,5 | 2,8 |
| Компот из смеси ягод | 200 | 49,0 | 0,2 | 0,1 | 12,0 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 31 | 65,7 | 2,2 | 0,4 | 13,4 | 1,1 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 36 | 100,8 | 2,9 | 0,7 | 20,6 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 750,5 | 28,6 | 23,7 | 105,5 | 8,7 |
| Полдник 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 90,0 | 0,0 | 0 | 22,4 | 1,8 |
| Х а ч а п у р и | 95 | 284,0 | 12,2 | 14,4 | 26,4 | 2,2 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 374,0 | 12,2 | 14,4 | 48,8 | 4,0 |

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева 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 | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| Масло сливочное порционно 1/15 | 11,39 | 1 шт | 112,0 | 0,1 | 12,4 | 0,1 | 0 |
| Сыр порционно | 6,55 | 10 | 35,0 | 2,3 | 2,9 | 0 | 0 |
| <i>Первые блюда</i> | | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 18,09 | 250/15 | 173,0 | 6,1 | 6,3 | 22,8 | 1,9 |
| <i>Вторые блюда</i> | | | | | | | |
| Пудинг " Лакомка " со сгущенным молоком | 60,62 | 150/25 | 385,0 | 15,9 | 11,5 | 54,5 | 4,5 |
| Гуляш из говядины | 60,91 | 100 | 150,0 | 10,7 | 10,5 | 3,2 | 0,2 |
| <i>Гарниры</i> | | | | | | | |
| Вермишель отварная | 7,32 | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,3 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 9,11 | 60 | 13,0 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 0,2 |
| <i>Напитки</i> | | | | | | | |
| 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 |
| Чай с лимоном | 2,77 | 200 | 43,0 | 0,3 | 1,0 | 10,3 | 0,9 |
| Компот из смеси ягод | 7,92 | 200 | 49,0 | 0,2 | 1,0 | 12,0 | 1 |
| Сок фруктовый | 14,40 | 200 | 90,0 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 1,9 |
| <i>Хлеб</i> | | | | | | | |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 1,77 | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 0,9 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 3,14 | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |

Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева 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.