

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.04.24

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 сыром | 45 | 173,0 | 7,2 | 11,0 | 11,5 | 0,9 |
| Каша молочная пшеничная с маслом | 200/5 | 207,0 | 6,4 | 7,6 | 28,3 | 2,4 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100 | 1шт | 75,0 | 2,8 | 3,2 | 8,0 | 0,7 |
| Яблоко | 1шт | 47,0 | 0,4 | 0,4 | 10,3 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30 | 84,0 | 2,4 | 0,6 | 17,1 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 696,0 | 21,5 | 24,2 | 97,2 | 8,1 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 10/250 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,2 |
| Соте из индейки с овощами | 200 | 220,0 | 14,3 | 10,9 | 16,0 | 1,3 |
| Вафли 1/30 | 1шт | 158,0 | 1,1 | 9,4 | 17,3 | 1,4 |
| 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 | 40 | 112,0 | 3,2 | 0,8 | 22,9 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 728,0 | 29,4 | 25,6 | 95,5 | 7,9 |

Инженер-техн

Калькулятор

Директор по
производству
Корнева

Столярова Е.А.

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 18.04.24

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 сыром | 45 | 173,0 | 7,2 | 11,0 | 11,5 | 0,9 |
| Каша молочная пшеничная с маслом | 200/5 | 207,0 | 6,4 | 7,6 | 28,3 | 2,4 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100 | 1шт | 75,0 | 2,8 | 3,2 | 8,0 | 0,7 |
| Яблоко | 1шт | 47,0 | 0,4 | 0,4 | 10,3 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30 | 84,0 | 2,4 | 0,6 | 17,1 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 696,0 | 21,5 | 24,2 | 97,2 | 8,1 |
| Обед 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 10/250 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,2 |
| Соте из индейки с овощами | 200 | 220,0 | 14,3 | 10,9 | 16,0 | 1,3 |
| Вафли 1/30 | 1шт | 158,0 | 1,1 | 9,4 | 17,3 | 1,4 |
| 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 | 40 | 112,0 | 3,2 | 0,8 | 22,9 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 728,0 | 29,4 | 25,6 | 95,5 | 7,9 |
| Полдник(льготный+платный) | | | | | | |
| Пирожок печеный сдобный с картофелем и луком | 75 | 149,0 | 4,2 | 5,4 | 20,9 | 1,7 |
| Напиток овсяный 0,2 | 1шт | 100,0 | 2,0 | 1,0 | 22,0 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 259,0 | 6,2 | 6,4 | 42,9 | 3,5 |

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 18.04.24

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) | | | | | | |
| Гуляш из говядины | 100 | 134,0 | 6,4 | 9,5 | 2,6 | 0,2 |
| Рис отварной | 180 | 220,0 | 4,4 | 7,5 | 33,7 | 2,8 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 534,0 | 15,1 | 18,9 | 72,6 | 6,0 |
| Обед 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 10/250 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,2 |
| Соте из индейки с овощами | 200 | 220,0 | 14,3 | 10,9 | 16,0 | 1,3 |
| Компот из груши | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 28 | 59,4 | 2,0 | 0,3 | 12,1 | 1,0 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 40 | 112,0 | 3,2 | 0,8 | 22,9 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 576,4 | 28,5 | 16,2 | 79,5 | 6,6 |
| Полдник 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Пирожок печеный сдобный с картофелем и луком | 75 | 149,0 | 4,2 | 5,4 | 20,9 | 1,7 |
| Напиток овсяный 0,2 | 1 шт | 100,0 | 2,0 | 1,0 | 22,0 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 249,0 | 6,2 | 6,4 | 42,9 | 3,5 |

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева

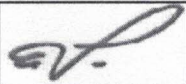
* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

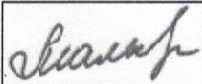
МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 18 АПРЕЛЯ 24 г

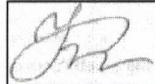
Согласовано
Директор школы № 13



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|-------------------------------------|
| <i>Холодные блюда</i> | | | | | | | |
| Масло сливочное | 8,92 | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,00 |
| Икра кабачковая | 16,47 | 100 | 78,0 | 1,2 | 4,8 | 7,8 | 0,7 |
| Бутерброд горячий с сыром | 26,67 | 45 | 173,0 | 7,2 | 11 | 11,5 | 0,9 |
| <i>Первые блюда</i> | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 25,28 | 10/250 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,2 |
| <i>Вторые блюда</i> | | | | | | | |
| Каша молочная пшеничная с маслом | 16,87 | 200/5 | 207,0 | 6,4 | 7,6 | 28,3 | 2,4 |
| Соте из индейки с овощами | 61,65 | 200 | 220,0 | 14,3 | 10,9 | 16,0 | 1,3 |
| Гуляш из говядины | 58,83 | 100 | 134,0 | 6,4 | 9,5 | 2,6 | 0,2 |
| <i>Гарниры</i> | | | | | | | |
| Рис отварной | 13,62 | 150 | 185,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,3 |
| <i>Постные блюда</i> | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, зеленью | 10,26 | 250 | 146,0 | 5,3 | 5,3 | 19,5 | 1,6 |
| Котлеты свекольные | 10,67 | 100 | 172,0 | 3,7 | 7,8 | 18,8 | 1,6 |
| Рис отварной с маслом растительным | 7,86 | 150 | 226,0 | 3,6 | 2,5 | 28,4 | 2,3 |
| <i>Напитки</i> | | | | | | | |
| 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 |
| Кофейный напиток | 8,16 | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Компот из груши | 8,35 | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,2 |
| <i>Хлеб</i> | | | | | | | |
| 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.