

133

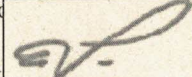
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

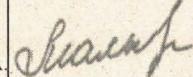
НА 21.09.23

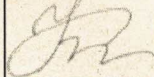
Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло шоколадное порционно	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Индейка с булгуром	200	352,0	13,2	16,8	37,0	3,1
Кисломолочный напиток "Биолакт" 0,100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>605,0</b>	<b>18,4</b>	<b>26,8</b>	<b>71,8</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп сырный с мясом, гречками, зеленью	10/250/15	183,0	6,9	6,8	22,7	1,9
Ежики "Аппетитные"	100/50	202,0	11,3	11,8	12,9	1,1
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Яблоко	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>774,2</b>	<b>27,4</b>	<b>25,3</b>	<b>101,6</b>	<b>8,4</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка домашняя	50	160,0	3,6	5,7	23,6	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>280,0</b>	<b>9,6</b>	<b>12,1</b>	<b>33,0</b>	<b>2,7</b>

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.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.09.23

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 шоколадное порционно	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Индейка с булгуром	200	352,0	13,2	16,8	37,0	3,1
Кисломолочный напиток "Биолакт" 0,100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>605,0</b>	<b>18,4</b>	<b>26,8</b>	<b>71,8</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Суп сырный с мясом, гречками, зеленью	10/250/15	183,0	6,9	6,8	22,7	1,9
Ежики "Аппетитные"	100/50	202,0	11,3	11,8	12,9	1,1
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Яблоко	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>774,2</b>	<b>27,4</b>	<b>25,3</b>	<b>101,6</b>	<b>8,4</b>
<b>Полдник(льготный+платный)</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Булочка домашняя	50	160,0	3,6	5,7	23,6	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>280,0</b>	<b>9,6</b>	<b>12,1</b>	<b>33,0</b>	<b>2,7</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.



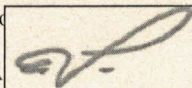
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

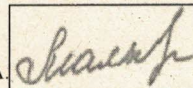
НА 21.09.23

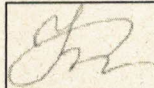
Согласовано  
Директор школы № 103



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 шоколадное порционно	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Индейка с булгуром	200	352,0	13,2	16,8	37,0	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	12,0	0,6	0,1	2,0	0,1
Яблоко	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	31	86,8	2,5	0,6	17,7	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>611,8</b>	<b>17,2</b>	<b>29,7</b>	<b>81,0</b>	<b>6,5</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Суп сырный с мясом, гречками, зеленью	10/250/15	183,0	6,9	6,8	22,7	1,9
Ежики "Аппетитные"	100/50	202,0	11,3	11,8	12,9	1,1
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	20	3,0	0,2	0,02	0,5	0,04
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>727,0</b>	<b>27,0</b>	<b>25,7</b>	<b>88,9</b>	<b>7,4</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Пицца "Школьная"	100	274,0	13,5	10,4	31,5	2,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>332,0</b>	<b>13,7</b>	<b>10,6</b>	<b>45,4</b>	<b>3,8</b>

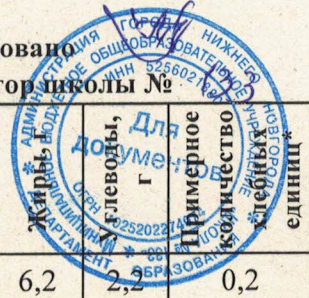
Инженер-технолог  
Столярова Е.А. 

Калькулятор  
Мальшева Г.А. 

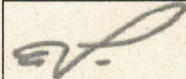
Директор по производству  
Корнева 

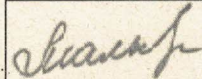
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

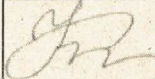




Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Масло шоколадное порционно	6,72	10	65,0	0	6,2	2,2	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Суп сырный с мясом, гречками, зеленью	32,04	10/250/15	183,0	6,9	6,8	22,7	1,9
<i>Вторые блюда</i>							
Индейка с булгуром	54,65	200	352,0	13,2	16,8	37,0	3,1
Ежики " Аппетитные "	37,67	100/50	202,0	11,3	11,8	12,9	1,1
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	15,08	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	9,07	60	8,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	7,59	50	12,0	0,6	0,1	2,0	0,1
<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	0,1	10,3	0,8
Компот из кураги	6,69	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<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.