

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.04.24

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 рисовая с маслом	200/4	198,0	5,3	5,7	30,0	2,5
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Г р у ш а	1 шт	92,0	0,8	0,6	20,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	24	67,2	1,9	0,5	13,7	1,1
Стоимость рациона	85,20	658,2	19,1	20,9	96,9	8,0
Обед 1-4 класс						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/255	127,0	5,5	4,7	16,6	1,4
Рагу из говядины	200	211,0	11,3	10,8	16,9	1,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	32	89,6	2,6	0,6	18,3	1,5
Стоимость рациона	102,24	533,7	22,0	16,6	74,9	6,1

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.

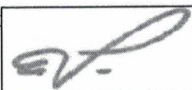
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

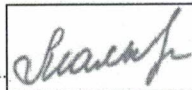
НА 22.04.24


Согласовано
Директор школы №



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 рисовая с маслом	200/4	198,0	5,3	5,7	30,0	2,5
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Г р у ш а	1шт	92,0	0,8	0,6	20,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	24	67,2	1,9	0,5	13,7	1,1
Стоимость рациона	85,20	658,2	19,1	20,9	96,9	8,0
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/255	127,0	5,5	4,7	16,6	1,4
Рагу из говядины	200	211,0	11,3	10,8	16,9	1,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	32	89,6	2,6	0,6	18,3	1,5
Стоимость рациона	102,24	533,7	22,0	16,6	74,9	6,1
Полдник(льготный+платный)						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Сдоба обыкновенная	70	187,0	5,4	4,2	31,8	2,6
Стоимость рациона	39,41	307,0	11,4	10,6	41,2	3,4

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.

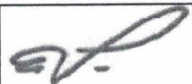
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

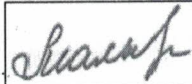


НА 22.04.24

Согласовано
Директор школы № 11

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*	
Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)							
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1	
Огурцы свежие (доп.гарнир)	15	2,0	0,1	0,02	0,4	0,03	
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0	
Я б л о к о	1шт	47,0	0,4	0,4	10,3	0,8	
Батон витаминный с микронутриентами	45	126,0	3,6	0,9	25,7	2,1	
Стоимость рациона		85,20	524,0	15,9	13,1	85,5	7,1
Обед 5-11 класс (льготный+платный)							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/255	127,0	5,5	4,7	16,6	1,4	
Рагу из говядины	200	211,0	11,3	10,8	16,9	1,4	
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8	
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	
Стоимость рациона		102,24	502,0	20,8	16,4	68,7	5,7
Полдник 5-11 класс(льготный+платный)							
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1	
Я б л о к о	1шт	47,0	0,4	0,4	10,3	0,8	
Х а ч а п у р и	75	227,0	9,0	10,6	19,5	1,6	
Стоимость рациона		39,41	378,0	10,1	11,3	54,4	4,5

Инженер-технолог
Столярова Е.А. 

Калькулятор
Малышева Г.А. 

Директор по производству
Корнева 

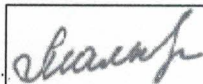
* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

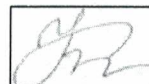
МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 22 АПРЕЛЯ 2022

Согласовано
Директор школы № 133

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Огурцы свежие с маслом растительным	16,42	100	103,0	0,7	10,08	2,3	0,2
Бутерброд горячий с сыром	26,67	45	173,0	7,2	11	11,5	0,9
Первые блюда							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	30,31	10/255	127,0	5,5	4,7	16,6	1,4
Вторые блюда							
Каша молочная рисовая с маслом	18,86	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	2,5
Рагу из говядины	66,56	200	211,0	11,3	10,8	16,9	1,4
Плов из говядины	60,90	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Гарниры							
Огурцы свежие (доп. гарнир)	11,23	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,1
Постные блюда							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, зеленью	13,97	250	115,0	2,1	4,4	17,1	1,4
Котлеты капустные	10,89	100	160,0	3,6	7,7	10,8	0,9
Рожки отварные с овощами, зеленым горошком	12,95	150	209,0	5,3	9,3	25,8	2,2
Напитки							
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 ягод	7,85	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Какао с молоком	15,54	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
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.