

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 09.09.24

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примечание
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,4
Груша	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	1,7
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,8
Батон,обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	0,9
Стоимость рациона	91,33	564,4	11,5	21,5	81,6	6,8
Обед 1-4 класс						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой мясом,сметаной,зеленью	265	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)	20	3,0	0,2	0,0	0,5	0,04
Напиток из облепихи	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	29	69,6	2,0	0,7	14,5	1,2
Стоимость рациона	109,60	523,6	20,8	16,5	74,3	6,1

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

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 09.09.24

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	приблизительное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,4
Груша	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	1,7
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,8
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	0,9
Стоимость рациона		91,33	11,5	21,5	81,6	6,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой мясом, сметаной, зеленью	265	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)	20	3,0	0,2	0,0	0,5	0,04
Напиток из облепихи	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	29	69,6	2,0	0,7	14,5	1,2
Стоимость рациона		109,60	20,8	16,5	74,3	6,1
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)						
Молоко витаминизированное 1/200	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Сдоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	2,5
Стоимость рациона		42,25	10,1	9,7	39,3	3,3

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

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 09.09.24

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)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Индейка с булгуром	200	350,0	12,8	15,5	39,8	3,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,8
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	0,8
Стоимость рациона	91,33	635,0	20,5	29,6	72,4	5,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой мясом, сметаной, зеленью	265	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 лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	0,8
Стоимость рациона	109,60	482,0	20,3	16,4	64,6	5,3
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Напиток из шиповника	203	105,6	0,7	0,3	24,9	2,1
Плюшка с маком	95	275,0	7,9	8,6	41,4	3,4
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Стоимость рациона	42,25	429,6	9,0	9,3	77,1	6,4

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

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.

Меню учителя на 09 СЕНТЯБРЯ 24г

Согласовано
Директор школы № 24



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Холодные блюда							
Масло сливочное	17,62	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Сыр порционнно	11,50	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Первые блюда							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	30,66	265	127,0	5,5	4,7	16,6	1,4
Вторые блюда							
Каша молочная пшеничная с маслом	19,11	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,4
Индейка с булгуром	55,86	200	350,0	12,8	15,5	39,8	3,3
Рагу из говядины	72,52	200	211,0	11,3	10,8	16,9	1,4
Гарниры							
Огурцы свежие (доп. гарнир)	3,63	20	3,0	0,2	0,0	0,5	0,04
Напитки							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,67	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Чай с лимоном	3,49	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Напиток из облепихи	10,35	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,2
Кофейный напиток витаминизированный	10,37	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,8
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
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.