

133

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.09.24

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</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Яблоко	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	30	72,0	2,2	0,7	15,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>664,0</b>	<b>28,6</b>	<b>27,5</b>	<b>76,3</b>	<b>6,3</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	45	10,0	0,5	0,1	1,7	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	27	65,0	1,9	0,6	13,5	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>653,0</b>	<b>25,8</b>	<b>19,5</b>	<b>84,2</b>	<b>6,9</b>

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 10.09.24

Согласовано *Для документов*  
 Директор школы № 130



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	30	72,0	2,2	0,7	15,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>664,0</b>	<b>28,6</b>	<b>27,5</b>	<b>76,3</b>	<b>6,3</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	45	10,0	0,5	0,1	1,7	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	27	65,0	1,9	0,6	13,5	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>653,0</b>	<b>25,8</b>	<b>19,5</b>	<b>84,2</b>	<b>6,9</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Сок фруктовый	201	90,4	0,0	0,0	22,5	1,8
Х а ч а п у р и	100	298,0	12,8	15,0	27,8	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>388,4</b>	<b>12,8</b>	<b>15,0</b>	<b>50,3</b>	<b>4,1</b>

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 10.09.24

Согласовано  
Директор школы № 13



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц *
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Котлета куриная	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,4
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	44	105,6	3,2	1,1	22,0	1,8
<b>Стоимость рациона</b>		<b>554,6</b>	<b>27,8</b>	<b>16,9</b>	<b>74,2</b>	<b>6,1</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
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
<b>Стоимость рациона</b>		<b>660,0</b>	<b>25,9</b>	<b>20,1</b>	<b>84,6</b>	<b>7,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Сок фруктовый	201	90,4	0,0	0,0	22,5	1,8
Х а ч а п у р и	100	298,0	12,8	15,0	27,8	2,3
<b>Стоимость рациона</b>		<b>388,4</b>	<b>12,8</b>	<b>15,0</b>	<b>50,3</b>	<b>4,1</b>

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 10 СЕНТЯБРЯ 24г

Согласовано  
Директор школы № 133



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Хлебных единиц
<b>Холодные блюда</b>							
Масло шоколадное	9,75	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
<b>Первые блюда</b>							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	25,97	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
<b>Вторые блюда</b>							
Запеканка из творога со сгущенным молоком	73,01	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,2
Котлета куриная	42,69	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,4
Гуляш из говядины	63,30	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
<b>Гарниры</b>							
Рожки отварные	10,28	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Пюре картофельное	21,80	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	10,19	45	10,0	0,5	0,1	1,7	0,1
<b>Напитки</b>							
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
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<b>Хлеб</b>							
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.