

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 11.09.24

Согласовано
Директор школы № 133



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорий- ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Угле- водо- растворимый клетчатка | Примерный количес- тво хлеб- ных еди- ниц |
|---|---------------|----------------------------|-------------|-------------|--|---|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,0 |
| Жаркое с индейкой | 200 | 250,0 | 9,5 | 16,2 | 18,2 | 1,5 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 65 | 9,0 | 0,5 | 0,0 | 1,5 | 0,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 1,9 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 39 | 94,0 | 2,8 | 0,9 | 19,5 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 537,0 | 15,6 | 26,3 | 61,8 | 5,1 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью | 265 | 121,0 | 4,7 | 6,9 | 10,1 | 0,8 |
| Биточки " Школьные" | 100 | 257,0 | 16,5 | 17,1 | 9,3 | 0,8 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,1 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 70 | 15,0 | 0,8 | 0,1 | 2,7 | 0,2 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| 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 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 844,0 | 34,4 | 32,5 | 104,1 | 8,7 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 11.09.24

Согласовано
 Документов
 Директор школы №



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,0 |
| Жаркое с индейкой | 200 | 250,0 | 9,5 | 16,2 | 18,2 | 1,5 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 65 | 9,0 | 0,5 | 0,0 | 1,5 | 0,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 1,9 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 39 | 94,0 | 2,8 | 0,9 | 19,5 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 537,0 | 15,6 | 26,3 | 61,8 | 5,1 |
| Обед 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью | 265 | 121,0 | 4,7 | 6,9 | 10,1 | 0,8 |
| Биточки " Школьные" | 100 | 257,0 | 16,5 | 17,1 | 9,3 | 0,8 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,1 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 70 | 15,0 | 0,8 | 0,1 | 2,7 | 0,2 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| 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 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 844,0 | 34,4 | 32,5 | 104,1 | 8,7 |
| Полдник 1-4 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Напиток овсяный 0,2 | 1 шт | 140,0 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 1,5 |
| Плюшка Московская | 65 | 184,0 | 4,9 | 5,1 | 29,6 | 2,5 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 324,0 | 6,9 | 11,5 | 48,6 | 4,0 |

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 11.09.24

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 |
| Жаркое с индейкой | 200 | 250,0 | 9,5 | 16,2 | 18,2 | 1,5 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 1,9 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 39 | 94,0 | 2,8 | 0,9 | 19,5 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 528,0 | 15,1 | 26,3 | 60,3 | 5,0 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью | 265 | 121,0 | 4,7 | 6,9 | 10,1 | 0,8 |
| Биточки " Школьные " | 100 | 257,0 | 16,5 | 17,1 | 9,3 | 0,8 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 296,0 | 10,2 | 8,8 | 44,1 | 3,6 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| 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 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 879,0 | 35,3 | 33,9 | 108,9 | 9,0 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Напиток овсяный 0,2 | 1 шт | 140,0 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 1,5 |
| Плюшка Московская | 65 | 184,0 | 4,9 | 5,1 | 29,6 | 2,5 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 324,0 | 6,9 | 11,5 | 48,6 | 4,0 |

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.



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|-------------------------------------|
| <i>Холодные блюда</i> | | | | | | | |
| Масло сливочное | 11,75 | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,0 |
| <i>Первые блюда</i> | | | | | | | |
| Борщ " Сибирский "с мясом, сметаной, зеленью | 29,01 | 265 | 121,0 | 4,7 | 6,9 | 10,1 | 0,8 |
| <i>Вторые блюда</i> | | | | | | | |
| Биточки " Школьные " | 53,24 | 100 | 257,0 | 16,5 | 17,1 | 9,3 | 0,8 |
| Жаркое с индейкой | 63,08 | 200 | 250,0 | 9,5 | 16,2 | 18,2 | 1,5 |
| <i>Гарниры</i> | | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 12,30 | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,1 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 11,78 | 65 | 9,0 | 0,5 | 0,0 | 1,5 | 0,1 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 15,85 | 70 | 15,0 | 0,8 | 0,1 | 2,7 | 0,2 |
| <i>Напитки</i> | | | | | | | |
| 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 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 10,37 | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 1,9 |
| Напиток из шиповника | 8,22 | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| <i>Хлеб</i> | | | | | | | |
| 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
Мальшева 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.