

133

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 12.11.24

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	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	29	69,6	2,0	0,7	14,5	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>661,6</b>	<b>28,4</b>	<b>27,5</b>	<b>75,8</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,4
Котлета рыбная	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,6
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>687,1</b>	<b>26,4</b>	<b>23,6</b>	<b>85,3</b>	<b>8,5</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 12.11.24

Согласовано

Директор школы



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	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	29	69,6	2,0	0,7	14,5	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>661,6</b>	<b>28,4</b>	<b>27,5</b>	<b>75,8</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,4
Котлета рыбная	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,6
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>687,1</b>	<b>26,4</b>	<b>23,6</b>	<b>85,3</b>	<b>8,5</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Сочник с абрикосовой начинкой 1/70	1шт	289,0	3,5	10,9	43,3	4,3
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>347,0</b>	<b>3,7</b>	<b>11,0</b>	<b>57,3</b>	<b>5,7</b>

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 12.11.24

Согласовано

Директор школы



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	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,7
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	54	129,6	3,8	1,3	27,0	2,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>568,6</b>	<b>15,8</b>	<b>22,4</b>	<b>77,5</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,4
Котлета рыбная	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,6
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,4
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>636,0</b>	<b>25,8</b>	<b>21,6</b>	<b>78,0</b>	<b>7,8</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Напиток овсяный 0,2	1 шт	140,0	2,0	6,4	19,0	1,9
Плюшка Московская	65	184,0	4,9	5,1	29,6	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>324,0</b>	<b>6,9</b>	<b>11,5</b>	<b>48,6</b>	<b>4,8</b>

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.

Согласовано  
 Директор школы № 30



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	9,75	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	26,92	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,4
<i>Вторые блюда</i>							
Запеканка из творога со сгущенным молоком	73,05	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
Котлета рыбная	49,59	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,6
Плов из говядины	66,55	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,7
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	26,51	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,4
Капуста квашеная м маслом растительным. сахаром	11,32	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
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	1,3
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,3

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.