

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.09.24

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
Плов из филе индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
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 витаминный с микронутриентами	42	117,6	3,3	0,8	24,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>655,6</b>	<b>15,2</b>	<b>24,6</b>	<b>93,1</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172,0	10,1	4,3	23,1	1,9
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Овощи тушёные	150	146,0	3,2	8,5	14,3	1,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	40	85,0	2,8	0,5	17,3	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>827,0</b>	<b>34,9</b>	<b>25,6</b>	<b>106,6</b>	<b>8,8</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

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 18.09.24

Согласовано  
Директор школы № 12



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	0,1
Плов из филе индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
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 витаминный с микронутриентами	42	117,6	3,3	0,8	24,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>655,6</b>	<b>15,2</b>	<b>24,6</b>	<b>93,1</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172,0	10,1	4,3	23,1	1,9
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Овощи тушеные	150	146,0	3,2	8,5	14,3	1,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	40	85,0	2,8	0,5	17,3	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>827,0</b>	<b>34,9</b>	<b>25,6</b>	<b>106,6</b>	<b>8,8</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,5	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>323,8</b>	<b>8,3</b>	<b>10,8</b>	<b>48,3</b>	<b>4,0</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 18.09.24

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	примерное количество хлебных единиц *
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Плов из филе индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
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 витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
<b>Стоимость рациона</b>		<b>642,0</b>	<b>14,6</b>	<b>24,6</b>	<b>90,5</b>	<b>7,5</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172,0	10,1	4,3	23,1	1,9
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	3,7
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 витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>875,0</b>	<b>38,9</b>	<b>25,2</b>	<b>115,6</b>	<b>9,6</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,5	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>323,8</b>	<b>8,3</b>	<b>10,8</b>	<b>48,3</b>	<b>4,0</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.



Меню учителя на 18 СЕНТЯБРЯ 24г

Согласовано  
Директор школы № 103



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество 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 чечевицей, мясом, зеленью	33,59	260	172,0	10,1	4,3	23,1	1,9
<b>Вторые блюда</b>							
Плов из индейки	60,94	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Биточки домашние	50,48	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
<b>Гарниры</b>							
Каша гречневая рассыпчатая	12,30	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Овощи тушёные	21,73	150	146,0	3,2	8,5	14,3	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	10,88	60	8,0	0,5	0,0	1,5	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 витаминный с микронутриентами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

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.