

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.24

Согласовано
Директор школы № 39



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Каша молочная пшеница с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Груша	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
Стоимость рациона	91,33	537,4	12,4	19,0	79,8	7,9
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микроэлементами	31	65,7	2,2	0,4	13,4	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	36	86,4	2,5	0,9	18,0	1,8
Стоимость рациона	109,60	749,1	25,1	21,2	115,2	11,5

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 21.10.24

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерно количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный / платный)						
молоко сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
хлеб пшеничный с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
яйца куриные	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
молоко с сахаром	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
молоко, обогащенное йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
Энергетическая ценность рациона	91,33	537,4	12,4	19,0	79,8	7,9
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
салат овощной с гречкой, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
котлеты из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
картофель отварной	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
картофель свежие (доп. гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
сок фруктовый витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
сок яблочный с микроэлементами	31	65,7	2,2	0,4	13,4	1,3
молоко, обогащенное йодоказеином	36	86,4	2,5	0,9	18,0	1,8
Энергетическая ценность рациона	109,60	749,1	25,1	21,2	115,2	11,5
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
молоко с сахаром	201	156,8	5,6	5,0	22,1	2,2
пирожок с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	3,3
Энергетическая ценность рациона	42,25	484,8	24,1	18,5	55,2	5,5

Специальный технолог

Иванова Н.Н.

Калькулятор

Мальшева Г.А.

Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть указан только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.24

Согласовано
Директор школы № 13



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)						
Бутерброд горячий с сыром	50	195,0	8,5	12,7	11,5	1,2
Каша молочная пшеничная с маслом	250/5	250,0	8,0	8,5	35,2	3,5
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,2
Батон, обогащенный йодоказеином	26	62,4	1,8	0,6	13,0	1,3
Стоимость рациона	91,33	689,4	22,4	25,3	93,2	9,3
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,3
Стоимость рациона	109,60	731,0	24,4	21,5	110,4	11,0
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Кисломолочный напиток "Снежок"	201	156,8	5,6	5,0	22,1	2,2
Ватрушка с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	3,3
Стоимость рациона	42,25	484,8	24,1	18,5	55,2	5,5

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			Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,75	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Бутерброд горячий с сыром	32,11	50	195,0	8,5	12,7	11,5	1,2
Первые блюда							
Суп сырный с гречками, зеленью	27,87	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Вторые блюда							
Каша молочная пшеничная с маслом	19,11	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Гуляш из говядины	55,21	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Гарниры							
Помидоры свежие (доп.гарнир)	13,59	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Рожки отварные	12,08	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Напитки							
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	0,01
Какао с молоком	16,24	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,61	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2

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.