

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.04.24

Согласовано
Директор школы №



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|-----------|--------------------|--------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11кл (льготный/платный) | | | | | | |
| Масло шоколадное | 15 | 98,0 | 0,20 | 9,30 | 3,30 | 0,20 |
| Жаркое с индейкой | 200 | 224,0 | 14,40 | 10,90 | 17,00 | 1,40 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 0,90 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 53 | 148,4 | 4,20 | 1,10 | 30,30 | 2,50 |
| <i>Стоимость рациона: 85,20</i> | | 511,4 | 19,00 | 21,4 | 60,7 | 5,00 |
| Обед 5-11 кл (льготный/платный) | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью | 10/250 | 78,0 | 4,00 | 3,90 | 6,90 | 0,60 |
| Биточки "Школьные" | 100 | 257,0 | 16,50 | 17,10 | 9,30 | 0,90 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 296,0 | 10,20 | 8,80 | 44,10 | 3,70 |
| Компот из апельсинов | 200 | 69,0 | 0,20 | 0,10 | 17,00 | 1,40 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 52,5 | 1,80 | 0,30 | 10,80 | 0,90 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,00 | 0,50 | 14,30 | 1,30 |
| <i>Стоимость рациона: 102,24</i> | | 822,5 | 34,7 | 30,7 | 102,4 | 8,8 |
| Полдник 5-11 кл (льготный/платный) | | | | | | |
| Плюшка "Московская" | 60 | 170,0 | 4,60 | 4,70 | 27,30 | 2,20 |
| Напиток овсяный | 1 шт | 140,0 | 2,00 | 6,40 | 19,00 | 1,60 |
| <i>Стоимость рациона: 39,41</i> | | 310,0 | 6,6 | 11,1 | 46,3 | 3,8 |

Инженер-технолог

Калькулятор

Горячкина Н.Н.

Косолапова В.Ф.

Корнева
Е.И.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть

МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 10 АПРЕЛЯ 2022

Согласовано для
Директор школы №



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| Холодные блюда | | | | | | | |
| Масло шоколадное | 12,38 | 15 | 98,0 | 0,2 | 9,3 | 3,3 | 0,3 |
| Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром | 17,87 | 100 | 98,0 | 1,6 | 5,1 | 11,3 | 0,9 |
| Огурцы свежие с маслом растительным | 16,42 | 100 | 103,0 | 0,7 | 10,08 | 2,3 | 0,1 |
| Икра кабачковая | 16,47 | 100 | 78,0 | 1,2 | 4,8 | 7,8 | 0,6 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью | 26,02 | 10/250 | 78,0 | 4,0 | 3,9 | 6,9 | 0,6 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| Биточки " Школьные " | 52,77 | 100 | 257,0 | 16,5 | 17,1 | 9,3 | 0,8 |
| Жаркое с индейкой | 64,81 | 200 | 256,0 | 9,5 | 16,2 | 18,2 | 1,5 |
| Гарниры | | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 10,71 | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,1 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 12,83 | 80 | 12,0 | 0,6 | 0,08 | 2,0 | 0,1 |
| Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром | 12,51 | 70 | 71,0 | 1,1 | 3,6 | 8,5 | 0,7 |
| Постные блюда | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью | 11,00 | 250 | 87,0 | 1,7 | 5,0 | 7,7 | 0,6 |
| Котлеты морковные | 15,24 | 100 | 161,0 | 3,3 | 7,8 | 16,5 | 1,3 |
| Каша гречневая с сахаром, маслом растительным | 6,15 | 150 | 276,0 | 7,9 | 7,11 | 43,73 | 3,6 |
| Напитки | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 1,44 | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Чай без сахара | 0,48 | 200 | 2,0 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0,0 |
| Компот из апельсинов | 6,17 | 200 | 69,0 | 0,2 | 0,1 | 17,0 | 1,4 |
| Хлеб | | | | | | | |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 1,77 | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 3,14 | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева Г.А.

Директор по
производству

* -+R[-34]C:RC[12] 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.