

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.04.24

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11кл (льготный/платный)						
Тефтели мясные в соусе	100/50	264,0	13,80	16,60	15,00	1,20
Пюре картофельное	180	130,0	3,80	6,30	14,50	1,20
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,00	0,00	28,00	2,30
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,00	0,50	14,30	1,20
<i>Стоимость рациона: 85,20</i>		576,0	19,60	23,4	71,8	5,90
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,00	3,90	6,90	0,50
Филе куриное панированное	100	296,0	24,00	16,70	12,40	1,00
Вермишель отварная	180	212,0	6,50	5,70	33,50	2,80
Компот из кураги	200	86,0	1,00	0,00	13,20	1,10
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>		794,5	39,3	27,1	91,1	7,6
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Напиток овсяный	1 шт	22,0	2,00	1,00	22,00	1,80
Пирожок печёный с картофелем и луком	75	149,0	4,20	5,40	20,90	1,70
<i>Стоимость рациона: 39,41</i>		171,0	6,2	6,4	42,9	3,5

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

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 04 АПРЕЛЯ 2022

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Бутерброд горячий с сыром	26,67	45	173,0	7,2	11	11,5	0,9
Помидоры свежие с маслом растительным	21,44	100	109,0	0,99	10,17	3,4	0,2
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							
Тефтели мясные в соусе	54,77	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,2
Филе куриное панированное	60,91	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Каша молочная " Дружба " с маслом	18,84	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Гарниры							
Пюре картофельное	21,43	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Вермишель отварная	8,70	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	7,57	35	9,0	0,4	0,1	1,3	0,1
Постные блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	11,00	250	87,0	1,7	5,0	7,7	0,6
Зразы картофельные	17,57	100	208,0	2,9	13,2	13,8	1,2
Вермишель отварная с маслом растительным	4,54	150	199,0	5,7	5,6	29,5	2,5
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 кураги	6,62	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Какао с молоком	15,54	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	7,76	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,3
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

Малышева 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.