

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.04.24

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11кл (льготный/платный)</b>						
Масло сливочное	10	66,0	0,10	7,30	0,10	0,00
Индейка с булгуром	200	375,0	14,20	18,70	37,60	3,10
Чай с сахаром	200	41,0	0,20	0,10	10,10	0,90
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,00	1,00	28,60	2,40
<i>Стоимость рациона: 85,20</i>		<b>622,0</b>	<b>18,50</b>	<b>27,1</b>	<b>76,4</b>	<b>6,40</b>
<b>Обед 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25/15/250	100,0	9,50	0,80	13,70	1,10
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,10	12,00	19,30	1,60
Компот из груши	200	58,0	0,20	0,10	14,00	1,20
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>		<b>506,5</b>	<b>23,6</b>	<b>13,7</b>	<b>72,1</b>	<b>6,1</b>
<b>Полдник 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Пирожок печёный сдобный с курицей и капустой	75	160,0	8,80	5,60	18,60	1,60
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,70	0,30	24,60	2,00
Яблоко свежее	1 шт	58,0	0,50	0,50	12,70	1,00
<i>Стоимость рациона: 39,41</i>		<b>322,0</b>	<b>10,0</b>	<b>6,4</b>	<b>55,9</b>	<b>4,6</b>

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 05 АПРЕЛЯ 24 г

Согласовано  
Директор школы № 10



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло сливочное	8,92	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,08
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
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	17,87	100	98,0	1,6	5,1	11,3	0,9
<b>Первые блюда</b>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	26,19	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,1
<b>Вторые блюда</b>							
Индейка с булгуром	68,68	200	375,0	14,2	18,7	37,6	3,1
Котлеты из индейки	62,88	90	140,0	12,5	8,3	3,9	0,3
Жаркое по-домашнему	64,64	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,6
<b>Гарниры</b>							
Каша гречневая рассыпчатая	10,71	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.га)	10,76	60	59,0	0,9	3	6,8	0,6
Огурцы свежие (доп.гарнир)	8,82	55	8,0	0,4	0	1,4	0,1
<b>Постные блюда</b>							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, зеленью	13,97	250	120,0	2,0	5,1	16,4	1,4
Котлеты капустные	10,89	100	160,0	3,6	7,7	10,8	0,7
Картофель отварной с маслом растительным	17,37	150	122,0	2,9	5,5	15,4	1,2
<b>Напитки</b>							
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 груши	8,35	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
<b>Хлеб</b>							
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.