

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.04.24

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11кл (льготный/платный)						
Гуляш из говядины	100	134,0	6,40	9,50	2,60	0,20
Рис отварной	180	220,0	4,40	7,50	33,70	2,80
Кофейный напиток	200	110,0	2,30	1,40	22,00	1,80
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,00	0,50	14,30	1,20
<i>Стоимость рациона: 85,20</i>		534,0	15,10	18,9	72,6	6,00
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,80	4,10	14,50	1,10
Соте из индейки с овощами	200	220,0	14,30	10,90	16,00	1,20
Компот из груши	200	58,0	0,20	0,10	14,00	1,20
Хлеб полезный с микронутриентами	28	59,4	2,00	0,30	12,10	1,00
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,20	0,80	22,90	1,00
<i>Стоимость рациона: 102,24</i>		576,4	28,5	16,2	79,5	5,5
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Пирожок печеный с картофелем и луком	75	149,0	4,20	5,40	20,90	1,70
Напиток овсяный	1 шт	100,0	2,00	1,00	22,00	1,80
<i>Стоимость рациона: 39,41</i>		249,0	6,2	6,4	42,9	3,5

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 18 АПРЕЛЯ 2022

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	8,92	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,00
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,7
Бутерброд горячий с сыром	26,67	45	173,0	7,2	11	11,5	0,9
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	25,28	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Вторые блюда							
Каша молочная пшеничная с маслом	16,87	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,4
Соте из индейки с овощами	61,65	200	220,0	14,3	10,9	16,0	1,3
Гуляш из говядины	58,83	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Гарниры							
Рис отварной	13,62	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,3
Постные блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	10,26	250	146,0	5,3	5,3	19,5	1,6
Котлеты свекольные	10,67	100	172,0	3,7	7,8	18,8	1,6
Рис отварной с маслом растительным	7,86	150	226,0	3,6	2,5	28,4	2,3
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
Кофейный напиток	8,16	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Компот из груши	8,35	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
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.