

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.04.24

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>						
Плов из говядины	200	300,0	11,60	11,70	37,10	3,10
Огурцы свежие (доп гарнир)	15	2,0	0,10	0,02	0,40	0,03
Компот из ягод	200	49,0	0,20	0,10	12,00	1,00
Яблоко свежее	1 шт	47,0	0,40	0,40	10,30	0,80
Батон витаминный с микронутриентами	45	126,0	3,60	0,90	25,70	2,20
<i>Стоимость рациона: 85,20</i>		<b>475,0</b>	<b>15,70</b>	<b>13,0</b>	<b>73,5</b>	<b>6,13</b>
<b>Обед 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/255	127,0	5,50	4,70	16,60	1,40
Рагу из говядины	200	211,0	11,30	10,80	16,90	1,40
Чай с сахаром	200	41,0	0,20	0,10	10,10	0,90
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,80	0,30	10,80	0,90
Батон витаминный с микронутриентами	25	7,0	2,00	0,50	14,30	1,20
<i>Стоимость рациона: 102,24</i>		<b>438,5</b>	<b>20,8</b>	<b>16,4</b>	<b>68,7</b>	<b>5,8</b>
<b>Полдник 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Хачапури	75	224,0	9,60	11,30	20,90	1,70
Напиток из шиповника	200	104,0	0,70	0,30	24,60	2,00
Яблоко свежее	1 шт	47,0	0,40	0,40	10,30	0,80
<i>Стоимость рациона: 39,41</i>		<b>375,0</b>	<b>10,7</b>	<b>12,0</b>	<b>55,8</b>	<b>4,5</b>

Инженер-технолог

Калькулятор

Горячкина Н.Н.

Косолапова В.Ф.

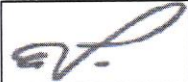
Корнева  
Е.И.


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

МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 22 АПРЕЛЯ 24 г

Согласовано  
Директор школы №

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Огурцы свежие с маслом растительным	16,42	100	103,0	0,7	10,08	2,3	0,2
Бутерброд горячий с сыром	26,67	45	173,0	7,2	11	11,5	0,9
<b>Первые блюда</b>							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	30,31	10/255	127,0	5,5	4,7	16,6	1,4
<b>Вторые блюда</b>							
Каша молочная рисовая с маслом	18,86	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	2,5
Рагу из говядины	66,56	200	211,0	11,3	10,8	16,9	1,4
Плов из говядины	60,90	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
<b>Гарниры</b>							
Огурцы свежие (доп.гарнир)	11,23	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,1
<b>Постные блюда</b>							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, зеленью	13,97	250	115,0	2,1	4,4	17,1	1,4
Котлеты капустные	10,89	100	160,0	3,6	7,7	10,8	0,9
Рожки отварные с овощами, зеленым горошком	12,95	150	209,0	5,3	9,3	25,8	2,2
<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 ягод	7,85	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Какао с молоком	15,54	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
<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.