

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.04.24

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	10	98,0	0,20	9,30	3,30	0,20
Филе куриное панированное	100	296,0	24,00	16,70	12,40	1,10
Рожки отварные	180	212,0	6,50	5,70	33,50	2,80
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,30	0,10	10,30	0,90
Батон витаминный с микронутриентами	25	7,0	2,00	0,50	14,30	1,20
<i>Стоимость рациона: 85,20</i>		656,0	33,00	32,3	73,8	6,20
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	10/250	111,0	4,80	4,00	14,00	1,20
Гуляш из говядины	100	134,0	6,40	9,50	2,60	0,20
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,20	8,80	44,10	3,70
Компот из яблок	200	58,0	0,20	0,20	13,90	1,10
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>		658,5	25,4	23,3	99,7	8,3
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Маковый рулетик посыпной	90	271,0	7,90	9,80	38,10	3,20
Напиток клюквенный	200	65,0	0,10	0,10	15,90	1,30
Яблоко свежее	1 шт	47,0	0,40	0,40	10,30	0,80
<i>Стоимость рациона: 39,41</i>		383,0	8,4	10,3	64,3	5,3

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



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	8,25	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	25,18	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,1
<i>Вторые блюда</i>							
Омлет с сыром	49,12	150	261,0	17,1	19,8	3,4	0,3
Гуляш из говядины	58,83	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	10,71	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
<i>Напитки</i>							
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 яблок	4,69	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Чай с лимоном	2,76	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Компот из кураги	6,62	200	80,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<i>Постные блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем с зеленью	10,16	250	110,0	2,6	2,8	19,0	1,6
Котлета из овощей	15,43	150	175,0	3,1	10,2	15,1	1,2
Каша гречневая рассыпчатая с сахаром, маслом растительным	6,15	150	176,0	7,9	7,1	43,7	3,6
<i>Хлеб</i>							
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.