

136

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 28.10.24

Согласовано

Директор школы № 136



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Пудинг "Лакомка" со сгущенным молоком	150/30	401,0	16,3	11,9	57,3	5,7
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	41	115,0	3,3	0,8	23,5	2,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>682,0</b>	<b>20,5</b>	<b>19,5</b>	<b>106,0</b>	<b>10,6</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,6
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,6	2,2	0,4	12,9	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>772,6</b>	<b>28,7</b>	<b>23,6</b>	<b>111,3</b>	<b>11,1</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

\* - 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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 28.10.24

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
Котлета куриная с сыром	90	152,0	11,90	8,10	7,90	0,80
Картофель отварной	180	138,0	3,50	5,70	18,40	1,80
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,30	0,10	10,30	1,00
Батон витаминный с микроэлементами	31	86,8	2,50	0,60	17,7	1,50
<i>Стоимость рациона: 91,33</i>		<b>485,8</b>	<b>18,30</b>	<b>21,8</b>	<b>54,4</b>	<b>5,10</b>
<b>Обед 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,10	6,30	22,8	2,30
Гуляш из говядины	100	121,0	8,20	8,60	2,8	0,30
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,20	8,80	44,1	4,40
Компот из яблок	200	58,0	0,20	0,20	13,9	1,40
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,80	0,30	10,8	0,90
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,00	0,50	14,3	1,20
<i>Стоимость рациона: 109,60</i>		<b>771,0</b>	<b>28,5</b>	<b>24,7</b>	<b>108,7</b>	<b>10,5</b>
<b>Полдник 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Пицца сырная	100	353,0	14,40	17,10	35,30	3,50
Напиток из шиповника	200	104,0	0,70	0,30	24,60	2,50
<i>Стоимость рациона: 42,25</i>		<b>457,0</b>	<b>15,1</b>	<b>17,4</b>	<b>59,9</b>	<b>6,0</b>

Инженер-технолог

Калькулятор

Горячкина  
Н.Н.

Косолапова.В.Ф.

\* - 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.