

136

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.09.24



| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло сливочное                               | 10            | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,0                                  |
| Бифштекс домашний                             | 90            | 217,0              | 8,1         | 13,4        | 15,9         | 1,3                                  |
| Пюре из картофеля и цветной капусты           | 150           | 157,0              | 4,5         | 6,0         | 21,1         | 1,8                                  |
| Чай с лимоном                                 | 200/15        | 44,0               | 0,3         | 0,1         | 10,5         | 0,8                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином               | 28            | 67,2               | 2,0         | 0,7         | 14,0         | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>91,33</b>  | <b>551,2</b>       | <b>15,0</b> | <b>27,5</b> | <b>61,6</b>  | <b>5,1</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп картофельный с горохом, с мясом, зеленью  | 260           | 127,0              | 8,8         | 4,1         | 14,5         | 1,2                                  |
| Филе куриное панированное                     | 100           | 296,0              | 24,0        | 16,7        | 12,4         | 1,0                                  |
| Рис отварной                                  | 150           | 185,0              | 3,7         | 6,3         | 28,5         | 2,4                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                 | 70            | 15,0               | 0,8         | 0,1         | 2,7          | 0,2                                  |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный     | 200           | 112,0              | 0,0         | 0,0         | 28,0         | 2,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 0,9                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином               | 22            | 53,0               | 1,6         | 0,5         | 11,0         | 0,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>109,60</b> | <b>841,0</b>       | <b>40,7</b> | <b>28,0</b> | <b>107,9</b> | <b>8,9</b>                           |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Кисломолочный напиток " С не ж о к "          | 201           | 156,7              | 5,6         | 5,0         | 22,1         | 1,8                                  |
| Ватрушка с творогом                           | 75            | 328,0              | 18,5        | 13,5        | 33,1         | 2,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>42,25</b>  | <b>484,7</b>       | <b>24,1</b> | <b>18,5</b> | <b>55,2</b>  | <b>4,6</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 27.09.24

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 шоколадное                                     | 15        | 98,0               | 0,20         | 9,30        | 3,30         | 0,30                                |
| Тефтели мясные в соусе                               | 100/50    | 264,0              | 13,80        | 16,60       | 15,0         | 1,20                                |
| Рожки отварные                                       | 180       | 212,0              | 6,50         | 5,70        | 33,5         | 2,80                                |
| Чай с лимоном  | 200/7     | 43,0               | 0,30         | 0,10        | 10,3         | 0,90                                |
| Батон обогашённый йодоказеином                       | 40        | 112,0              | 3,20         | 0,80        | 22,9         | 1,90                                |
| <i>Стоимость рациона: 91,33</i>                      |           | <b>729,0</b>       | <b>24,00</b> | <b>32,5</b> | <b>85,0</b>  | <b>7,10</b>                         |
| <b>Обед 5-11 кл (льготный/платный)</b>               |           |                    |              |             |              |                                     |
| Суп картофельный с горохом с горохом, мясом, зеленью | 260       | 127,0              | 8,80         | 4,10        | 14,5         | 1,20                                |
| Филе куриное панированное                            | 100       | 296,0              | 24,00        | 16,70       | 12,4         | 1,10                                |
| Рис отварной   | 180       | 220,0              | 4,40         | 7,50        | 33,7         | 2,80                                |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный            | 200       | 112,0              | 0,00         | 0,00        | 28,0         | 2,30                                |
| Хлеб полезный с микронутриентами                     | 25        | 53,0               | 1,80         | 0,30        | 10,8         | 0,90                                |
| Батон обогашённый йодоказеином                       | 20        | 48,0               | 1,40         | 0,50        | 10,0         | 0,90                                |
| <i>Стоимость рациона: 109,60</i>                     |           | <b>856,0</b>       | <b>40,4</b>  | <b>29,1</b> | <b>109,4</b> | <b>9,2</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 кл (льготный/платный)</b>            |           |                    |              |             |              |                                     |
| Пирожок печёный с курагой                            | 75        | 174,0              | 4,60         | 4,00        | 30,10        | 2,50                                |
| Напиток овсяный                                      | 200       | 100,0              | 2,00         | 1,00        | 22,00        | 1,80                                |
| <i>Стоимость рациона: 42,25</i>                      |           | <b>274,0</b>       | <b>6,6</b>   | <b>5,0</b>  | <b>52,1</b>  | <b>4,3</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.

