

17

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.10.22



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0 |
| Сыр порционнo | 25 | 84,0 | 6,7 | 6,3 | 0 | 0 |
| Индейка с овощами | 200 | 232,0 | 13,8 | 11,0 | 19,4 | 1,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Кисломолочный напиток "Биолакт" 0,100 | 1 шт | 75,0 | 2,8 | 3,2 | 8,6 | 0,7 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 31 | 86,8 | 2,5 | 0,6 | 17,7 | 1,5 |
| Стоимость рациона | 96,00 | 584,8 | 26,1 | 28,5 | 55,2 | 4,6 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 10/250 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,2 |
| Котлета рыбная "Оригинальная" | 100 | 162,0 | 12,2 | 9,8 | 6,4 | 0,5 |
| Рис отварной | 150 | 185,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Помидоры свежие (доп. гарнир) | 45 | 6,0 | 0,36 | 0,04 | 1,1 | 0,1 |
| Компот из ягод | 200 | 49,0 | 0,2 | 0,1 | 12,0 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 26 | 54,6 | 1,8 | 0,3 | 11,2 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 33 | 92,4 | 2,6 | 0,7 | 18,8 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 96,00 | 676,0 | 29,7 | 21,3 | 92,5 | 7,7 |
| Полдник | | | | | | |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1 шт | 120,0 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Пирожок печеный сдобный с яблоками | 90 | 190,0 | 4,3 | 4,8 | 32,1 | 2,7 |
| Стоимость рациона | 37,00 | 310,0 | 10,3 | 11,2 | 41,5 | 3,5 |

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

 Директор по
производству
Корнева

* - 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 05.10.22



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал/100г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|--------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0 |
| Сыр порционно | 15 | 53,0 | 3,5 | 4,4 | 0 | 0 |
| Индейка с овощами | 200 | 232,0 | 13,8 | 11,0 | 19,4 | 1,6 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 30 | 6,0 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 0,09 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30 | 84,0 | 2,4 | 0,6 | 17,1 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 80,00 | 482,0 | 20,3 | 23,5 | 47,8 | 3,9 |
| Обед 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 10/250 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,2 |
| Котлета рыбная " Оригинальная " | 100 | 162,0 | 12,2 | 9,8 | 6,4 | 0,5 |
| Рис отварной | 180 | 220,0 | 4,4 | 7,5 | 33,7 | 2,8 |
| Компот из ягод | 200 | 49,0 | 0,2 | 0,1 | 12,0 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 96,00 | 642,0 | 29,4 | 22,3 | 91,7 | 7,6 |

Инженер-техник
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Директор по производству
Корнева
Г.И.

* - 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.

Для ГИД

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.10.22



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| Обед 1-4 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 10/250 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,2 |
| Котлета рыбная " Оригинальная " | 100 | 162,0 | 12,2 | 9,8 | 6,4 | 0,5 |
| Рис отварной | 150 | 185,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 45 | 6,0 | 0,36 | 0,04 | 1,1 | 0,1 |
| Компот из ягод | 200 | 49,0 | 0,2 | 0,1 | 12,0 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 26 | 54,6 | 1,8 | 0,3 | 11,2 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 33 | 92,4 | 2,6 | 0,7 | 18,8 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 96,00 | 676,0 | 29,7 | 21,3 | 92,5 | 7,7 |
| Полдник | | | | | | |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1 шт | 120,0 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Пирожок печеный слобный с яблоками | 90 | 190,0 | 4,3 | 4,8 | 32,1 | 2,7 |
| Стоимость рациона | 37,00 | 310,0 | 10,3 | 11,2 | 41,5 | 3,5 |

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева

* - 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.