

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.10.24



| Наименование блюда                       | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                 |               |                    |             |             |              |                                      |
| Котлета куриная                          | 90            | 156,0              | 14,6        | 7,9         | 5,2          | 0,5                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая               | 150           | 246,0              | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 3,7                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)            | 70            | 15,0               | 0,8         | 0,1         | 2,7          | 0,2                                  |
| Пюре яблочное 1/125                      | 1шт           | 55,0               | 0,0         | 0,0         | 13,8         | 1,4                                  |
| Чай с лимоном                            | 200/15        | 44,0               | 0,3         | 0,1         | 10,5         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами      | 27            | 76,0               | 2,2         | 0,5         | 15,4         | 1,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                 | <b>91,33</b>  | <b>592,0</b>       | <b>26,4</b> | <b>15,9</b> | <b>84,2</b>  | <b>8,4</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                    |               |                    |             |             |              |                                      |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью | 30/15/250     | 107,0              | 11,0        | 0,9         | 13,7         | 1,4                                  |
| Макаронник с мясом                       | 200           | 397,0              | 21,0        | 17,1        | 39,6         | 4,0                                  |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)              | 65            | 9,0                | 0,5         | 0,1         | 1,5          | 0,1                                  |
| Компот из кураги                         | 200           | 86,0               | 1,0         | 0,0         | 13,2         | 1,3                                  |
| Вафли 1/18                               | 1шт           | 92,0               | 0,8         | 4,5         | 11,9         | 1,2                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами         | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами      | 35            | 98,0               | 2,8         | 0,7         | 20,0         | 2,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                 | <b>109,60</b> | <b>842,0</b>       | <b>38,9</b> | <b>23,6</b> | <b>110,7</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 18.10.24



| Наименование блюда                             | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                    |             |             |                                      |
| Масло сливочное                                | 10            | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1                                  |
| Плов из куриного филе                          | 200           | 384,0              | 18,6        | 10,4        | 4,2                                  |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)                    | 45            | 6,0                | 0,4         | 0,0         | 0,1                                  |
| Чай с лимоном                                  | 200/15        | 44,0               | 0,3         | 0,1         | 10,5                                 |
| Б л о к о                                      | 1 шт          | 58,0               | 0,5         | 0,5         | 12,7                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>91,33</b>  | <b>628,0</b>       | <b>21,9</b> | <b>18,8</b> | <b>80,4</b>                          |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |                                      |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью       | 30/15/250     | 107,0              | 11,0        | 0,9         | 13,7                                 |
| Макаронник с мясом                             | 200           | 397,0              | 21,0        | 17,1        | 39,6                                 |
| Компот из кураги                               | 200           | 86,0               | 1,0         | 0,0         | 13,2                                 |
| Вафли 1/18                                     | 1шт           | 92,0               | 0,8         | 4,5         | 11,9                                 |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 20            | 42,4               | 1,4         | 0,2         | 8,6                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 22            | 61,6               | 1,8         | 0,4         | 12,6                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>109,60</b> | <b>786,0</b>       | <b>37,0</b> | <b>23,1</b> | <b>99,6</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |                                      |
| Пицца " Школьная "                             | 100           | 274,0              | 13,5        | 10,4        | 31,5                                 |
| Напиток из шиповника                           | 200           | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>42,25</b>  | <b>378,0</b>       | <b>14,2</b> | <b>10,7</b> | <b>56,1</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.



# Для ГПД

## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.10.24



| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью      | 30/15/250     | 107,0              | 11,0        | 0,9         | 13,7         | 1,4                                  |
| Макаронник с мясом                            | 200           | 397,0              | 21,0        | 17,1        | 39,6         | 4,0                                  |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)                   | 65            | 9,0                | 0,5         | 0,1         | 1,5          | 0,1                                  |
| Компот из кураги                              | 200           | 86,0               | 1,0         | 0,0         | 13,2         | 1,3                                  |
| Вафли 1/18                                    | 1шт           | 92,0               | 0,8         | 4,5         | 11,9         | 1,2                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 35            | 98,0               | 2,8         | 0,7         | 20,0         | 2,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>109,60</b> | <b>842,0</b>       | <b>38,9</b> | <b>23,6</b> | <b>110,7</b> | <b>11,1</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Молоко витаминизированное 0,2                 | 1шт           | 120,0              | 6,0         | 6,4         | 9,4          | 0,9                                  |
| Сдоба обыкновенная                            | 50            | 165,0              | 4,1         | 3,3         | 29,9         | 3,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>42,25</b>  | <b>285,0</b>       | <b>10,1</b> | <b>9,7</b>  | <b>39,3</b>  | <b>3,9</b>                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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.