

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 28.10.22

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                        | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|---|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                  |              |                    |             |             |             |                              |
| Масло шоколадное                          | 10           | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2         | 0,2                          |
| Котлеты из индейки                        | 90           | 140,0              | 12,5        | 8,3         | 3,9         | 0,3                          |
| Ризотто                                   | 150          | 228,0              | 4,6         | 11,2        | 27,2        | 2,3                          |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)             | 50           | 12,0               | 0,6         | 0,1         | 2,0         | 0,2                          |
| Чай с сахаром                             | 200          | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                          |
| Яблоко                                    | 1шт          | 67,0               | 0,6         | 0,6         | 14,7        | 1,2                          |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 29           | 81,2               | 2,3         | 0,6         | 16,5        | 1,4                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>96,00</b> | <b>634,2</b>       | <b>20,9</b> | <b>27,1</b> | <b>76,6</b> | <b>6,4</b>                   |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                     |              |                    |             |             |             |                              |
| Бульон с куриным филе, гренками , зеленью | 30/15/250    | 107,0              | 11,0        | 0,9         | 13,7        | 1,1                          |
| Жаркое по-домашнему                       | 200          | 226,0              | 10,1        | 12,0        | 19,3        | 1,6                          |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)               | 25           | 4,0                | 0,2         | 0,04        | 0,7         | 0,06                         |
| Напиток из шиповника                      | 200          | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,1                          |
| Хлеб полезный с микронутриентами          | 25           | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                          |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 32           | 89,6               | 2,6         | 0,6         | 18,2        | 1,5                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>96,00</b> | <b>583,6</b>       | <b>26,4</b> | <b>14,1</b> | <b>87,3</b> | <b>7,3</b>                   |
| <b>Полдник</b>                            |              |                    |             |             |             |                              |
| Кисломолочный напиток " Снежок "          | 200          | 156,0              | 5,6         | 5,0         | 22,0        | 1,8                          |
| Булочка обсыпная с творогом               | 60           | 167,0              | 7,1         | 6,3         | 20,6        | 1,7                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>37,00</b> | <b>323,0</b>       | <b>12,7</b> | <b>11,3</b> | <b>42,6</b> | <b>3,5</b>                   |

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

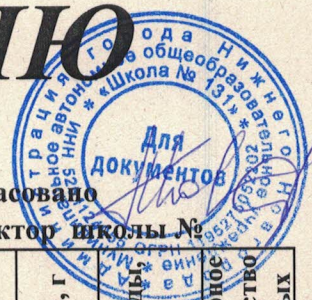
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 28.10.22

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                         | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b> |              |                    |             |             |             |                              |
| Масло шоколадное                           | 10           | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2         | 0,2                          |
| Котлеты из индейки                         | 90           | 140,0              | 12,5        | 8,3         | 3,9         | 0,3                          |
| Ризотто                                    | 150          | 228,0              | 4,6         | 11,2        | 27,2        | 2,3                          |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)              | 50           | 12,0               | 0,6         | 0,1         | 2,0         | 0,2                          |
| Чай с сахаром                              | 200          | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                          |
| Яблоко                                     | 1шт          | 67,0               | 0,6         | 0,6         | 14,7        | 1,2                          |
| Батон витаминный с микронутриентами        | 29           | 81,2               | 2,3         | 0,6         | 16,5        | 1,4                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>80,00</b> | <b>634,2</b>       | <b>20,9</b> | <b>27,1</b> | <b>76,6</b> | <b>6,4</b>                   |
| <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        | 1,1                          |
| Жаркое по-домашнему                        | 200          | 226,0              | 10,1        | 12,0        | 19,3        | 1,6                          |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)                | 25           | 4,0                | 0,2         | 0,04        | 0,7         | 0,06                         |
| Напиток из шиповника                       | 200          | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,1                          |
| Хлеб полезный с микронутриентами           | 25           | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                          |
| Батон витаминный с микронутриентами        | 32           | 89,6               | 2,6         | 0,6         | 18,2        | 1,5                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>96,00</b> | <b>583,6</b>       | <b>26,4</b> | <b>14,1</b> | <b>87,3</b> | <b>7,3</b>                   |
| <b>Полдник</b>                             |              |                    |             |             |             |                              |
| Кисломолочный напиток " Снежок "           | 200          | 156,0              | 5,6         | 5,0         | 22,0        | 1,8                          |
| Булочка обсыпная с творогом                | 60           | 167,0              | 7,1         | 6,3         | 20,6        | 1,7                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>37,00</b> | <b>323,0</b>       | <b>12,7</b> | <b>11,3</b> | <b>42,6</b> | <b>3,5</b>                   |

Инженер-техно

Калькулятор

Мальшева 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.



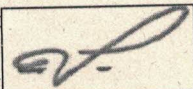
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

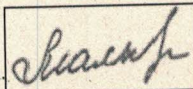


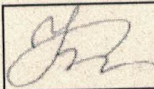
НА 28.10.22

Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда                           | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b> |              |                    |             |             |             |                                     |
| Ветчина порционно                            | 25           | 45,0               | 4,1         | 2,6         | 1,1         | 0,09                                |
| Филе куриное панированное                    | 100          | 296,0              | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 1,0                                 |
| Рис отварной                                 | 180          | 220,0              | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 2,8                                 |
| Чай с сахаром                                | 200          | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 0,8                                 |
| Батон витаминный с микронутриентами          | 29           | 81,2               | 2,3         | 0,6         | 16,5        | 1,4                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>80,00</b> | <b>683,2</b>       | <b>35,0</b> | <b>27,5</b> | <b>73,8</b> | <b>6,1</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        | 1,1                                 |
| Жаркое по-домашнему                          | 200          | 226,0              | 10,1        | 12,0        | 19,3        | 1,6                                 |
| Напиток из шиповника                         | 200          | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,1                                 |
| 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                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>96,00</b> | <b>560,0</b>       | <b>25,6</b> | <b>14,0</b> | <b>82,7</b> | <b>6,9</b>                          |

Инженер-технолог  
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.