

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 31.10.22

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 сливочное порционно	15	99,0	0,15	10,9	0,2	0,01
Сосиска отварная	1шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Вермишель отварная с сыром	150	239,0	8,2	11,9	24,6	2,1
Йогурт "Растишка" 1/110	1шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микроэлементами	37	103,6	2,9	0,7	21,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>794,6</b>	<b>25,4</b>	<b>40,9</b>	<b>80,8</b>	<b>6,7</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ "Сибирский" со сметаной, зеленью	255	97,0	2,1	5,6	9,5	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Помидоры свежие (доп. гарнир)	55	11,0	0,55	0,1	1,9	0,1
Чай с сахаром, лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Яблоко	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>657,9</b>	<b>20,3</b>	<b>20,1</b>	<b>99,2</b>	<b>8,2</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка с сахаром	75	233,0	5,0	7,5	36,4	3,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>353,0</b>	<b>11,0</b>	<b>13,9</b>	<b>45,8</b>	<b>3,8</b>

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.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 31.10.22

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 сливочное порционно	15	99,0	0,15	10,9	0,2	0,01
Сосиска отварная	1шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Вермишель отварная с сыром	150	239,0	8,2	11,9	24,6	2,1
Йогурт "Растишка" 1/110	1шт	96,0	4,2	3,3	12,3	1,0
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микроэлементами	37	103,6	2,9	0,7	21,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>794,6</b>	<b>25,4</b>	<b>40,9</b>	<b>80,8</b>	<b>6,7</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Борщ "Сибирский" со сметаной, зеленью	255	97,0	2,1	5,6	9,5	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	55	11,0	0,55	0,1	1,9	0,1
Чай с сахаром,лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Яблоко	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>657,9</b>	<b>20,3</b>	<b>20,1</b>	<b>99,2</b>	<b>8,2</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Плюшка с сахаром	75	233,0	5,0	7,5	36,4	3,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>353,0</b>	<b>11,0</b>	<b>13,9</b>	<b>45,8</b>	<b>3,8</b>

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 31.10.22

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>						
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сосиска отварная	1шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Вермишель отварная с сыром	180	287,0	9,9	14,3	29,6	2,5
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	45	6,0	0,36	0,04	1,1	0,09
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микронутриентами	32	90,0	2,6	0,6	18,2	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>706,0</b>	<b>22,9</b>	<b>36,34</b>	<b>71,6</b>	<b>6,0</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Борщ "Сибирский" со сметаной, зеленью	255	97,0	2,1	5,6	9,5	0,8
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из свежих яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	32	90,0	2,6	0,6	18,2	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>619,5</b>	<b>20,1</b>	<b>19,6</b>	<b>90,7</b>	<b>7,6</b>

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.