

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ




НА 31.01.23

Согласовано  
Директор школы № 131

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Индейка с булгуром	200	352,0	13,2	16,8	37,0	3,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Груша	1 шт	92,0	0,8	0,6	20,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	44	123,2	3,5	0,9	25,1	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>675,2</b>	<b>17,9</b>	<b>24,6</b>	<b>95,2</b>	<b>7,9</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп с горохом, гречками и зеленью	250/15	221,0	10,1	6,1	31,5	2,6
Рыба запеченная	90	123,0	13,1	5,9	4,3	0,4
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	36	100,8	2,9	0,7	20,5	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>713,8</b>	<b>32,3</b>	<b>19,3</b>	<b>102,5</b>	<b>8,5</b>
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток "Снежок"	201	156,7	5,6	5,0	22,1	1,8
Маковый рулетик посыпной	70	210,0	6,0	7,6	29,5	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>366,7</b>	<b>11,6</b>	<b>12,6</b>	<b>51,6</b>	<b>4,3</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.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 31.01.23

Согласовано  
Директор школы №



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 шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2	
Индейка с булгуром	200	352,0	13,2	16,8	37,0	3,1	
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8	
Груша	1 шт	92,0	0,8	0,6	20,6	1,7	
Батон витаминный с микронутриентами	44	123,2	3,5	0,9	25,1	2,1	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>80,00</b>	<b>675,2</b>	<b>17,9</b>	<b>24,6</b>	<b>95,2</b>	<b>7,9</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>							
Суп с горохом, гречками и зеленью	250/15	221,0	10,1	6,1	31,5	2,6	
Рыба запеченная	90	123,0	13,1	5,9	4,3	0,4	
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2	
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7	
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9	
Батон витаминный с микронутриентами	36	100,8	2,9	0,7	20,5	1,7	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>	<b>713,8</b>	<b>32,3</b>	<b>19,3</b>	<b>102,5</b>	<b>8,5</b>
<b>Полдник</b>							
Кисломолочный напиток "Снежок"	201	156,7	5,6	5,0	22,1	1,8	
Маковый рулетик посыпной	70	210,0	6,0	7,6	29,5	2,5	
<b>Стоимость рациона</b>		<b>37,00</b>	<b>366,7</b>	<b>11,6</b>	<b>12,6</b>	<b>51,6</b>	<b>4,3</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 31.01.23

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 шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Индейка с булгуром	200	352,0	13,2	16,8	37,0	3,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Яблоко	1 шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микроэлементами	41	115,0	3,3	0,8	23,4	2,0
<b>Стоимость рациона</b>		<b>80,00</b>				
<b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Суп с горохом, гречками и зеленью	250/15	221,0	10,1	6,1	31,5	2,6
Рыба запеченная	90	123,0	13,1	5,9	4,3	0,4
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,00</b>				
		<b>642,0</b>	<b>17,5</b>	<b>24,5</b>	<b>87,6</b>	<b>7,3</b>
		<b>683,0</b>	<b>31,4</b>	<b>19,1</b>	<b>96,3</b>	<b>8,0</b>

Инженер-техн

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.