ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.09.22

Согласовано
Директор школы № 132

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
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
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	35	35,0	0,6	1,8	4,0	0,3
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
Стоимость рациона 80,00		***756,0***	***32,1***	***34,1***	***80,3***	***6,6***
Обед 5-11 класс(льготный+платный)						
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	10,7	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона 96,00		***560,0***	***25,6***	***14,0***	***82,6***	***6,9***

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 30.09.22

Согласовано
Директор школы № 132

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)						
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)	60	12,0	0,6	0,2	2,2	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	26	73,0	2,1	0,5	14,8	1,2
Стоимость рациона ***80,00***		***626,0***	***20,7***	***27,1***	***75,1***	***6,2***
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
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)	15	2,0	0,1	0	0,4	0,0
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8
Стоимость рациона ***96,00***		***608,4***	***27,0***	***14,3***	***92,6***	***7,7***
Полдник						
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
Стоимость рациона ***37,00***		***323,0***	***12,7***	***11,3***	***42,6***	***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.

132

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Согласовано
Директор школы № 132

НА 30.09.22

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс						
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)	60	12,0	0,6	0,2	2,2	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	26	73,0	2,1	0,5	14,8	1,2
Стоимость рациона 96,00		***626,0***	***20,7***	***27,1***	***75,1***	***6,2***
Обед 1-4 класс						
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)	15	2,0	0,1	0	0,4	0,0
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8
Стоимость рациона 96,00		***608,4***	***27,0***	***14,3***	***92,6***	***7,7***
Полдник						
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
Стоимость рациона 37,00		***323,0***	***12,7***	***11,3***	***42,6***	***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.

Меню буфетной продукции на 30 Сентября 22 г

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Масло сливочное порционно	**6,90**	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Масло шоколадное	**9,41**	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Сыр порционно	**14,63**	20	72,0	14,6	6	0	0
Помидоры свежие с маслом растительным	**18,03**	100	109,0	0,99	10	3,4	0,2
Огурцы свежие с кукурузой и маслом растительным	**20,32**	100	19,0	3,6	12	19,5	1,6
Ветчина порционно	**6,59**	15	26,0	2,5	1,5	0,6	0,05
Первые блюда							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	**23,92**	30/15/250	107,0	11,0	0,9	13,7	1,1
Вторые блюда							
Филе куриное панированное	**48,75**	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,0
Котлеты из индейки	**46,12**	90	140,0	12,5	8,3	3,9	0,3
Сосиска отварная	**22,35**	1шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Жаркое по-домашнему	**66,27**	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,6
Гарниры							
Р и з о т т о	**21,26**	150	228,0	4,6	11	27,2	2,3
Рис отварной	**11,41**	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	**5,62**	35	35,0	0,6	1,8	4,0	0,3
Напитки							
Чай с сахаром	**1,22**	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	**0,34**	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Напиток из шиповника	**9,72**	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	**1,41**	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	**2,50**	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-техн
Столярова Е.А

Калькулятор
Малышева Г.А.

Директор по производству
Корнева

* -+R[-34]C:RC[12] 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.