132

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Согласовано
Директор школы № 132

НА 12.10.22

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Биточки рыбные с маслом	100/5	287,0	13,9	18,2	16,8	1,4
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие (доп.гарнир)	75	11,0	0,6	0,1	1,9	0,2
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	43	120,4	3,4	0,9	24,5	2,0
Стоимость рациона *96,00*		*668,4*	*21,5*	*33,8*	*69,1*	*5,8*
Обед 1-4 класс						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,0	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
Стоимость рациона *96,00*		*649,0*	*21,9*	*16,7*	*102,6*	*8,5*
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,7
Булочка ванильная	50	139,0	3,8	3,7	22,6	1,9
Стоимость рациона *37,00*		*259,0*	*9,8*	*10,1*	*32,0*	*2,6*

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

Согласовано
Директор школы № 132

НА 12.10.22

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11класс(льготный +платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Тефтельки мясные с сыром в томатном соусе	100/50	251,0	13,0	17,0	11,5	0,9
Макаронные изделия отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	6,0	0,3	0	1,0	0,08
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	31	86,8	2,5	0,6	17,7	1,5
Стоимость рациона 80,00		*664,8*	*22,7*	*30,7*	*74,1*	*6,2*
Обед 5-11класс(льготный+платный)						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
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	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона 96,00		*620,0*	*20,8*	*16,5*	*97,1*	*8,1*

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

Согласовано
Директор школы № 132

НА 12.10.22

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 1-4 класс(льготный +платный)						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Биточки рыбные с маслом	100/5	287,0	13,9	18,2	16,8	1,4
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие (доп.гарнир)	75	11,0	0,6	0,1	1,9	0,2
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	43	120,4	3,4	0,9	24,5	2,0
Стоимость рациона 80,00		*668,4*	*21,5*	*33,8*	*69,1*	*5,8*
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,0	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
Стоимость рациона 96,00		*649,0*	*21,9*	*16,7*	*102,6*	*8,5*
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,7
Булочка ванильная	50	139,0	3,8	3,7	22,6	1,9
Стоимость рациона 37,00		*259,0*	*9,8*	*10,1*	*32,0*	*2,6*

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.

Меню буфетной продукции на 12 Октября 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 порционно	**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
Огурцы свежие с кукурузой и маслом растительным	**19,97**	100	196,0	3,6	12	19,5	1,6
Капуста квашенная с маслом растительным,сахаром	**18,49**	100	88,0	0,7	5	10,0	0,8
Помидоры свежие с маслом растительым	**18,03**	100	109,0	0,99	10	3,4	0,3
Первые блюда							
Суп с вермишелью и картофелем, с мясом и зеленью	**22,94**	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Вторые блюда							
Биточки рыбные	**51,59**	100	207,0	13,0	10,4	15,4	1,3
Бефстроганов их филе индейки	**43,42**	100	198,0	7,4	17,8	2,2	0,2
Тефтельки мясные с сыром в томатном соусе	**50,32**	100/50	251,0	13,0	17,0	11,5	0,9
Плов из говядины	**62,01**	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Сосиска отварная	**22,35**	1шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Гарниры							
Пюре картофельное	**17,75**	150	108,0	0,6	0,1	1,9	0,2
Макаронные изделия отварные	**8,43**	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**11,55**	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**11,99**	75	11,0	0,6	0,1	1,9	0,2
Напитки							
Чай с сахаром	**1,30**	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	**0,44**	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Компот из смеси сухофруктов	**6,97**	200	86,0	0,6	0,0	20,9	1,7
Чай с лимоном	**2,98**	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
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

Столярова Е.А

Калькулятор Малышева Г.А.

Директор по производству

* -+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.