



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	6,72	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	21,01	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Гуляш из говядины	60,97	100	150,0	10,7	10,5	3,2	0,3
Запеканка из творога с вареньем	59,84	150/30	415,0	23,6	17,7	40,3	3,4
Фрикассе из индейки	60,66	100	164,0	7,2	14,0	2,0	0,2
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	7,32	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Каша гречневая рассыпчатая	10,64	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,45	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Компот из кураги	6,69	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Кофейный напиток витаминизированный	8,26	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А.

Калькулятор  
Малишова 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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 28.11.23

Согласовано  
Директор школы № 132

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
Фрикассе из индейки	100	164,0	7,2	14,0	2,0	0,2
Вермишель отварная	200	236,0	7,2	6,3	37,2	3,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Батон витаминный с микроэлементами	40	112,0	3,2	0,8	22,8	1,9
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>20,0</b>	<b>28,7</b>	<b>86,2</b>	<b>7,2</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	150,0	10,7	10,5	3,2	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	3,7
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>34,9</b>	<b>24,3</b>	<b>103,0</b>	<b>8,6</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Пирожок печеный слоеный с творогом	75	182,0	9,0	7,0	20,9	1,7
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>9,5</b>	<b>7,5</b>	<b>56,0</b>	<b>4,7</b>

Инженер-техник  
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 28.11.23

Согласовано  
Директор школы №132

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Запеканка из творога с вареньем	150/30	415,0	23,6	17,7	40,3	3,4
Сдоба "Аппетитная" с начинкой (молоко сгущеное вареное)	70	182,0	4,6	4,2	60,2	5,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Батон витаминный с микроэлементами	24	67,2	1,9	0,5	13,7	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>774,2</b>	<b>32,4</b>	<b>23,8</b>	<b>136,2</b>	<b>11,3</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	150,0	10,7	10,5	3,2	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	32	89,6	2,6	0,6	18,3	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>809,6</b>	<b>33,9</b>	<b>23,3</b>	<b>109,3</b>	<b>9,1</b>
<b>Полдник(льготный+платный)</b>						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Маковый рулетик посыпной	85	258,0	7,4	9,3	36,3	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>414,0</b>	<b>13,0</b>	<b>14,3</b>	<b>58,3</b>	<b>4,9</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 28.11.23

Согласовано  
Директор школы № 132

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Запеканка из творога с вареньем	150/30	415,0	23,6	17,7	40,3	3,4
Сдоба "Аппетитная" с начинкой (молоко сгущенное вареное)	70	182,0	4,6	4,2	60,2	5,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Батон витаминный с микроэлементами	24	67,2	1,9	0,5	13,7	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>774,2</b>	<b>32,4</b>	<b>23,8</b>	<b>136,2</b>	<b>11,3</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	150,0	10,7	10,5	3,2	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,0
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	32	89,6	2,6	0,6	18,3	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>809,6</b>	<b>33,9</b>	<b>23,3</b>	<b>109,3</b>	<b>9,1</b>
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Маковый рулетик посыпной	85	258,0	7,4	9,3	36,3	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>414,0</b>	<b>13,0</b>	<b>14,3</b>	<b>58,3</b>	<b>4,9</b>

Инженер-техник

Столыпина 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.