

МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 13 МАРТА 24г

Сотласовано

Директор школы №

132

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
--------------------	------	-----------	--------------------	----------	---------	-------------	--------------------------------------

Холодные блюда							
Масло шоколадное	10,56	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Капуста квашенная с маслом растительным,сахаром	17,87	100	100,0	1,6	5,2	12,0	1
Первые блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	26,02	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Вторые блюда							
Жаркое с индейкой	70,02	200	224,0	14,4	10,9	17,0	1,4
Виточки "Школьные"	52,77	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Блинчики							
Блинчики с маслом	28,97	150/10	385,0	11,8	16,9	47,6	3,9
Блинчики с вареньем	29,55	150/30	399,0	11,8	10,4	65,9	5,5
Блинчики с яблочным фаршем	20,25	135	318,0	7,6	13,5	40,6	3,4
Блинчики с молоком ступенным	30,63	150/30	413,0	13,7	12,7	61,8	5,2
Оладьи с вареньем	24,09	150/30	452,0	11,5	11,9	76,3	6,4
Оладьи с маслом	23,51	150/10	438,0	11,4	18,4	57,9	4,8
Оладьи с молоком ступенным	25,17	150/30	466,0	13,4	14,2	72,1	6,0
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	10,71	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Капуста квашенная с маслом растительным,сахаром	10,76	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	4,95	30	23,0	0,4	1,4	2,3	0,2
Напитки							
Чай с сахаром	1,44	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,48	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Сок фруктовый	14,40	200/7	90,0	0,0	0,0	22,4	1,8
Компот из яблок	4,69	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб							
Хлеб пшеничный с микроэлементами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Стропова Е.А. Калькулятор Малышева Т.А. Директор по производству

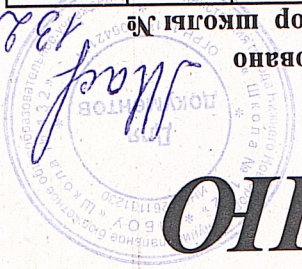
\*-R[-34]C:RC[12] Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.03.24

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>						
Магго шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Жаркое с индейкой	200	224,0	14,4	10,9	17,0	1,4
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
<b>Стоимость рациона 85,20</b>						
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Биточки "Школьные"	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	3,6
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	33	92,4	2,6	0,7	18,9	1,6
<b>Стоимость рациона 102,24</b>						
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Плюшка Московская	65	184,0	4,9	5,1	29,6	2,5
Напиток овсяный 0,2	1шт	100,0	2,0	1,0	22,0	1,8
<b>Стоимость рациона 39,41</b>						
<b>Ужин 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
<b>284,0</b>						
<b>6,9</b>						
<b>6,1</b>						
<b>51,6</b>						
<b>4,3</b>						

Инженер-техник  
 Столярова Е.А.  
 Калькулятор  
 Малышева Г.А.  
 Директор по производству  
 Корнева

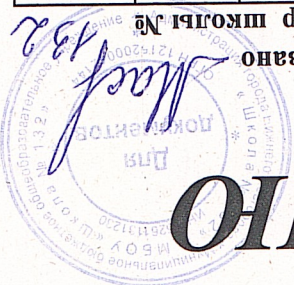
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.



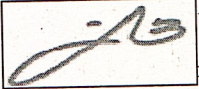
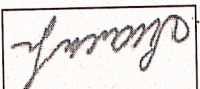
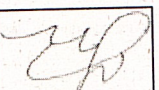
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.03.24

Согласовано  
Директор школы № 132



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Жаркое с индейкой	200	224,0	14,4	10,9	17,0	1,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>500,4</b>	<b>17,9</b>	<b>23,9</b>	<b>53,2</b>	<b>4,4</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный+платный)</b>						
Пи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,5
Биточки "Школьные"	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Икра кабачковая (доп.гарнир)	30	23,0	0,4	1,4	2,3	0,2
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	39	109,2	3,1	0,8	22,3	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>856,2</b>	<b>34,3</b>	<b>30,8</b>	<b>110,6</b>	<b>9,2</b>
<b>Полдник (льготный+платный)</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Пирожок пеньный сладный с рисом, мясом	75	284,0	13,6	14,5	24,7	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>404,0</b>	<b>19,6</b>	<b>20,9</b>	<b>34,1</b>	<b>2,8</b>

Инженер-техн. Столярова Е.А.   
 Калькулятор Малышева Т.А.   
 Директор по производству Корнева 

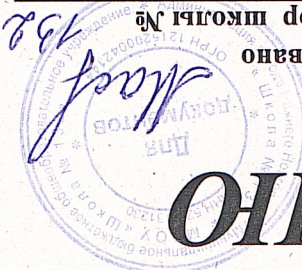
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.03.24

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>						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Жаркое с индейкой	200	224,0	14,4	10,9	17,0	1,4
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,5
Биточки "Школьные"	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Кирп кабачковая (доп.гарнир)	30	23,0	0,4	1,4	2,3	0,2
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	39	109,2	3,1	0,8	22,3	1,8
<b>Стоимость рациона 102,24</b>						
<b>Подник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный слоеный с рисом, мясом	75	284,0	13,6	14,5	24,7	2,0
<b>Стоимость рациона 39,41</b>						
<b>Итого</b>						
		404,0	19,6	20,9	34,1	2,8

Инженер-техн. Стоярова Е.А.

Калькулятор Малышева Т.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.