


# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 12.10.23

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> |               |                    |             |             |             |                                      |
| Сыр порционно                                | 18            | 64,0               | 4,1         | 5,2         | 0           | 0                                    |
| Тефтельки мясные с сыром в томатном соусе    | 100/50        | 260,0              | 15,2        | 17,0        | 11,5        | 0,9                                  |
| Рис отварной                                 | 180           | 220,0              | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 2,8                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                | 40            | 9,0                | 0,4         | 0,1         | 1,5         | 0,1                                  |
| Чай с лимоном                                | 200/7         | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами          | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3        | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>85,20</b>  | <b>666,0</b>       | <b>26,4</b> | <b>30,4</b> | <b>71,3</b> | <b>5,9</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Солянка домашняя со сметаной, зеленью        | 255           | 112,0              | 6,8         | 6,2         | 7,0         | 0,6                                  |
| Филе куриное панированное                    | 90            | 259,0              | 21,3        | 14,9        | 9,9         | 0,8                                  |
| Вермишель отварная                           | 180           | 212,0              | 6,5         | 5,7         | 33,5        | 2,8                                  |
| Компот из яблок                              | 200           | 58,0               | 0,2         | 0,2         | 13,9        | 1,2                                  |
| 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                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>102,24</b> | <b>764,0</b>       | <b>38,6</b> | <b>27,8</b> | <b>89,4</b> | <b>7,5</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b> |               |                    |             |             |             |                                      |
| Булочка обсыпная с творогом                  | 100           | 273,0              | 11,6        | 10,5        | 33,0        | 2,8                                  |
| Яблоко                                       | 1шт           | 53,0               | 0,5         | 0,5         | 11,8        | 0,9                                  |
| Сок фруктовый                                | 200           | 90,0               | 0,0         | 0           | 22,4        | 1,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                     | <b>39,41</b>  | <b>416,0</b>       | <b>12,1</b> | <b>11,0</b> | <b>67,2</b> | <b>5,6</b>                           |

Инженер-техно

Столярова Е.А.



Калькулятор

Мальшева 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.