

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.10.23

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>   |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло шоколадное                              | 15            | 98,0               | 0,2         | 9,3         | 3,3         | 0,2                                  |
| Омлет натуральный                             | 200           | 266,0              | 18,6        | 19,2        | 4,6         | 0,4                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                 | 40            | 9,0                | 0,4         | 0,1         | 1,5         | 0,1                                  |
| Кофейный напиток витаминизированный           | 200           | 110,0              | 2,3         | 1,4         | 22,0        | 1,8                                  |
| Я б л о к о                                   | 1шт           | 53,0               | 0,5         | 0,5         | 11,8        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами            | 34            | 95,2               | 2,7         | 0,7         | 19,4        | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>85,20</b>  | <b>631,2</b>       | <b>24,7</b> | <b>31,2</b> | <b>62,6</b> | <b>5,0</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>      |               |                    |             |             |             |                                      |
| Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью | 10/260        | 133,0              | 5,7         | 5,5         | 15,2        | 1,3                                  |
| Соте из индейки с овощами                     | 200           | 211,0              | 13,0        | 10,3        | 16,4        | 1,4                                  |
| Напиток из плодов шиповника                   | 200           | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,1                                  |
| Я б л о к о                                   | 1шт           | 53,0               | 0,5         | 0,5         | 11,8        | 0,9                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами               | 26            | 55,1               | 1,9         | 0,3         | 11,2        | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами            | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3        | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>102,24</b> | <b>626,1</b>       | <b>23,8</b> | <b>17,4</b> | <b>93,5</b> | <b>7,8</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Напиток овсяный фруктовый " Экзотик " 0,2     | 1шт           | 100,0              | 2,0         | 1,0         | 22,0        | 1,8                                  |
| Плюшка Московская                             | 75            | 212,0              | 5,7         | 5,9         | 34,1        | 2,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>39,41</b>  | <b>312,0</b>       | <b>7,7</b>  | <b>6,9</b>  | <b>56,1</b> | <b>4,6</b>                           |

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.