

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.11.23

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>                         |           |                    |          |         |             |                                      |
| 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        | 3,6                                  |
| Компот из ягод   | 200       | 49,0               | 0,2      | 0,1     | 12,0        | 1,0                                  |
| Яблоко   | 1шт       | 58,0               | 0,5      | 0,5     | 12,7        | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 25        | 70,0               | 2,0      | 0,5     | 14,3        | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   |           | <b>85,20</b>       |          |         |             |                                      |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>                            |           |                    |          |         |             |                                      |
| Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью | 10/260    | 135,0              | 4,7      | 5,4     | 16,8        | 1,4                                  |
| Макаронник с мясом   | 200       | 434,0              | 21,0     | 21,2    | 39,6        | 3,3                                  |
| Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)                       | 40        | 15,0               | 1,2      | 0,1     | 2,6         | 0,2                                  |
| Компот из кураги   | 200       | 86,0               | 1,0      | 0       | 13,2        | 1,1                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                                     | 45        | 95,4               | 3,2      | 0,5     | 19,4        | 1,6                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 45        | 126,0              | 3,6      | 0,9     | 25,8        | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   |           | <b>102,24</b>      |          |         |             |                                      |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>                         |           |                    |          |         |             |                                      |
| Напиток из облепихи  | 200       | 60,0               | 0,0      | 0,0     | 15,0        | 1,3                                  |
| Маковый рулетик посыпной   | 75        | 254,0              | 6,5      | 8,1     | 32,0        | 2,7                                  |
| Мандарин   | 1шт       | 42,0               | 1,0      | 0,2     | 9,0         | 0,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   |           | <b>39,41</b>       |          |         |             |                                      |

Инженер-технолог  
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.