

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

5 мая 2025 г.

Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 1-4)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал.			
1,5	0,58	10,28	52,4	20	<u>1завтр.***</u> Батон Нарезной порц	
4,9	5,1		65,6	20	Сыр	
6,39	5,04	33	293,7	30/150	Сухой завтрак с молоком	
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
13	11	58	472			

0,24	0,1	200	Сок 200	<u>2завтр.***</u>	
------	-----	-----	---------	-------------------	--

4,79	5,81	10,99	110,77	150/10	<u>Зобед.***</u> Суп из овощей со свеж. помидорами с мясом,,	
5,85	3,71	26,42	159,77	100	Каша гречневая рассыпчатая,	
11,02	11,63	8,48	181,62	80/20	Биточки домашние (говядина, птица, с соусом,,,) ,	
0,93		1,95	11,52	30	Подгарнировка(Кукуруза консервированная .)	
0,22	0,13	27,99	115,31	200	Компот из свежих плодов (яблоко. вишня)	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	Хлеб ржаной...../	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	Хлеб белый в/с.....	
26	22	98	688			

0,2	0,05	14,99	60	200/5	<u>4полдн***</u> Чай с сахаром- рафинад /	
4,54	9,41	46,36	287,19	75	Булочка "Российская"	
5	9	61	347			
44	42	218	1 507			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1завтр.***	322,61	255	622,9	30,6	248	
2завтр.***	0,02	2,38				
Зобед.***	335,19	1 032,79	115,51	169,8	441,92	7,54
4полдн***	9,97	74,7	25,29	8,81	50,63	0,13

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1завтр.***	0,03	16,94		0,69	0,37	4,16	0,02
2завтр.***		0,81					
Зобед.***	0,16	34,67		0,34	7,45	8,38	0,16
4полдн***	0,01	0,08		0,06	0,69	0,68	0,01

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.

Утверждаю : Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

5 мая 2025 г.

Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 5-11)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал.			
<u>1 Завтра***</u>						
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Батон Нарезной порц	
4,9	5,1		65,6	20	Сыр	
6,39	5,04	33	293,7	30/150	Сухой завтрак с молоком	
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
13	11	58	472			
<u>2 Завтра***</u>						
	0,24	0,1		200	Сок 200	
<u>3 Обед***</u>						
5,41	6,13	8,99	116,21	200/15	Суп из овощей со свеж. помидорами с мясом///	
8,78	5,57	39,63	239,63	150	Каша гречневая рассыпчатая.	
13,8	14,5	10,43	226,21	100/20	Биточки домашние (говядина,птица с соусом) //	
0,93		1,95	11,52	30	Поджарнировка(Кукуруза консервированная .)	
0,22	0,13	27,99	115,31	200	Компот из свежих плодов (яблоко. вишня)	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	Хлеб белый в/с.....	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	Хлеб ржаной...../	
33	27	111	818			
<u>4 Полдн.***</u>						
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
4,54	9,41	46,36	287,19	75	Булочка "Российская"	
5	9	61	347			
50	47	231	1637			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
13автра***	322,61	255	622,9	30,6	248	
23автра***	0,02	2,38				
3 Обед***	371,67	1 203,54	133,13	223,03	561,59	9,74
4Полдн.***	9,97	74,7	25,29	8,81	50,63	0,13

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
13автра***	0,03	16,94		0,69	0,37	4,16	0,02
23автра***		0,81					
3 Обед***	0,2	35,04		0,42	9,63	10,59	0,19
4Полдн.***	0,01	0,08		0,06	0,69	0,68	0,01

Зав. производством
Мед. работник школы

Феклина Т.Е.
Малова Н.И.