

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

13 мая 2025 г.

Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 1-4)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал.			
				<u>1завтр.***</u>		
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Батон Нарезной порц	
4,9	5,1		65,6	20	Сыр	
8,75	10,1	54,76	338,34	100/5	Каша вязкая молочная пшеничная.//	
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
15	16	80	516			
				<u>2завтр.***</u>		
1,8	0,4	16,2	86	200	Плоды и ягоды свежие (апельсины),,	
2		16	86			
				<u>Зобед.***</u>		
4,79	5,81	10,99	110,77	150/10	Суп из овощей со свеж. помидорами с мясом,,	
3,3	4,55	19,49	139,03	150	Картофельное пюре (	
12,82	13,49	11,19	218,59	80	Котлеты рубленые из птицы,,,	
1,43	6,09	6,61	88,57	100	Салат " Школьный"(свекла ,огурец конс.горошек зел., масло растительное)	
0,25	0,16	27,5	114,11	200	Компот из свежих плодов (яблоко. красная смородина)	
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	31	98	780			
				<u>4полдн***</u>		
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
10,09	12,87	31,16	283,03	100	Пицца" ШКОЛЬНАЯ"(колбаса полукопченая,сыр, помидор,зелень)/	
10	13	46	343			
54	60	240	1 725			

Итоги по группам питающихся

Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1завтр.***	309,38	300,52	454,45	53,69	336,8	0,07
2завтр.***	26	394	68	26	46	0,14
Зобед.***	431,4	1 804,77	183,83	124,31	420,56	2,84
4полдн***	435,24	183,88	132,16	20,41	148,33	0,14

Итоги по группам питающихся

Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1завтр.***	0,03	1,44		0,28	1,03	2,82	0,02
2завтр.***		120		0,06	0,4	0,6	
Зобед.***	0,38	93,19		0,41	7,96	7,15	0,17
4полдн***		6,34		0,1	1,27	1,28	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирихина Н.В.

13 мая 2025 г.

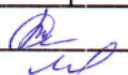
Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 5-11)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал.			
<u>1Завтра***</u>						
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Батон Нарезной порц	
6,56	7,58	41,07	253,76	150/7,5	Каша вязкая молочная пшеничная	
4,9	5,1		65,6	20	Сыр	
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
13	13	66	432			
<u>2Завтра***</u>						
1,8	0,4	16,2	86	200	Плоды и ягоды свежие (апельсины),	
2		16	86			
<u>3 Обед***</u>						
5,41	6,13	8,99	116,21	200/15	Суп из овощей со свеж. помидорами с мясом///	
4,59	6,11	27,32	192,56	200	Картофельное пюре	
16,02	16,86	13,99	273,23	100	Котлеты рубленые из птицы,,,,	
1,43	6,09	6,61	88,57	100	Салат " Школьный"(свекла ,огурец конс.горошек зел., масло растительное)	
0,25	0,16	27,5	114,11	200	Компот из свежих плодов (яблоко. красная смородина)	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	Хлеб ржаной...../	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	Хлеб белый в/с.....	
31	36	107	894			
<u>4Полдн.***</u>						
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
10,09	12,87	31,16	283,03	100	Пицца" ШКОЛЬНАЯ"(колбаса полукопченая,сыр, помидор,зелень)/	
10	13	46	343			
57	63	235	1 754			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор -	Цинк
13автра***	295,26	234,41	386,89	42,73	281,08	0,05
23автра***	26	394	68	26	46	0,14
3 Обед***	471,49	2 186,59	241,44	144,17	506,61	3,86
4Полдн.***	435,24	183,88	132,16	20,41	148,33	0,14

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
13автра***	0,03	1,12		0,23	0,83	2,23	0,02
23автра***		120		0,06	0,4	0,6	
3 Обед***	0,46	104,03		0,5	10,01	8,13	0,15
4Полдн.***		6,34		0,1	1,27	1,28	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.