

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

14 мая 2024 г.

Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 1-4)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод.	Ккал.			
<u>Завтр.***</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>Завтр.***</u>						
0,72	0,72	17,64	84,6	180	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)/	
1	1	18	85			
<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 (
10,88	11,36	7,16	173,8	80	Шницель (говядина , птица ,,	
1,43	6,09	6,61	88,57	100	Салат " Школьный"(свекла ,огурец конс.горошек	
1,3	0,08	32,71	137,8	200	Компот из сухофруктов//	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	Хлеб ржаной...../	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	Хлеб белый в/с.....	
25	28	99	759			
<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			
52	58	243	1 703			

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.***	46,8	500,4	28,8	16,2	19,8	0,07
Зобед.***	384,64	1 714,08	214,85	142,2	449,34	7,8
4полдн***	435,24	183,88	132,16	20,41	148,33	0,14

Итоги по группам питающихся							
Группа	А	С	В1	В2	РР	Железо	Иод
1завтр.***	0,03	1,44		0,28	1,03	2,82	0,02
2завтр.***	0,03	18		0,04	0,54	3,96	0,02
Зобед.***	0,17	61,79		0,44	7,94	7,51	0,23
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"

Кирюхина Н.В.

14 мая 2024 г.

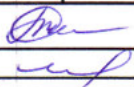
Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 5-11)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал.			
				1Завтра***		
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			
				2Завтра***		
0,72	0,72	17,64	84,6	180	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)/	
1	1	18	85			
				3 Обед***		
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	
14,04	14,27	11,57	230,14	100	Шницель (говядина , птица),,,	
1,43	6,09	6,61	88,57	100	Салат " Школьный"(свекла ,огурец конс.горошек зел., масло растительное)	
1,3	0,08	32,71	137,8	200	Компот из сухофруктов//	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	Хлеб ржаной...../	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	Хлеб белый в/с.....	
30	33	109	874			
				4Полдн.***		
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			
55	60	240	1734			

Итого по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1Завтра***	295,26	234,41	386,89	42,73	281,08	0,05
2Завтра***	46,8	500,4	28,8	16,2	19,8	0,05
3 Обед***	441,86	2 108,43	273,8	162,51	539,03	10,07
4Полдн.***	435,24	183,88	132,16	20,41	148,33	0,14

Итого по группам питающихся							
Группа	А	С	В1	В2	РР	Железо	Иод
1Завтра***	0,03	1,12		0,23	0,83	2,23	0,02
2Завтра***	0,03	18		0,04	0,54	3,96	0,02
3 Обед***	0,2	72,66		0,53	9,88	8,64	0,23
4Полдн.***		6,34		0,1	1,27	1,28	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.