

Утверждаю : Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кириухина Н.В.

19 мая 2025 г.

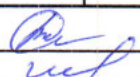
Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 1-4)

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	
0,1	6,25	0,14	50	9	Масло сливочное(порциями)/	
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 /	
11	17	80	501			
<u>2завтр.***</u>						
	0,24	0,1		200	Сок 200	
<u>Зобед.***</u>						
4,28	4,97	10,44	97,25	150/10	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом,,,	
0,1	6,25	0,14	50	35	Сметана 20%	
23,08	24,86	41,01	480,9	50/150	Плов из птицы,,	
0,66	3,06	1,8	38,7	60	Салат из редиса и огурцов с маслом //	
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.....	
32	40	104	891			
<u>4полдн***</u>						
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
4,08	1,64	46,27	216,82	75	Виток школьный с сахаром	
4	2	61	277			
47	58	245	1 669			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1завтр.***	148,88	285,92	289,15	46,69	239,8	0,07
2завтр.***	0,02	2,38				
Зобед.***	334,8	998,12	139,73	105,99	414,5	2,83
4полдн***	7,87	62,53	14,3	7,83	43,37	0,15

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1завтр.***	0,03	1,3		0,23	1	2,64	0,02
2завтр.***		0,81					
Зобед.***	0,65	39,32		0,32	9,24	5,9	0,16
4полдн***				0,04	0,68	0,66	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

19 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	
0,1	6,25	0,14	50	9	Масло сливочное(порциями)/	
6,56	7,58	41,07	253,76	150/7.5	Каша вязкая молочная пшеничная	
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
8	14	66	416			
<u>2Завтра***</u>						
	0,24	0,1		200	Сок 200	
<u>3 Обед***</u>						
4,5	5,73	11,71	109,71	200/15	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом,///	
0,1	6,25	0,14	50	35	Сметана 20%	
23,08	24,86	41,01	480,9	200/75	Плов из птицы///	
0,66	3,06	1,8	38,7	60	Салат из редиса и огурцов с маслом //	
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.....	
32	41	105	904			
<u>4Полдн.***</u>						
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
4,08	1,64	46,27	216,82	75	Виток школьный с сахаром	
4	2	61	277			
45	57	233	1 597			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
13автра***	134,76	219,81	221,59	35,73	184,08	0,05
23автра***	0,02	2,38				
3 Обед***	340,94	1 030,51	148,13	109,59	420,6	2,85
4Полдн.***	7,87	62,53	14,3	7,83	43,37	0,15

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
13автра***	0,03	0,98		0,18	0,8	2,05	0,02
23автра***		0,81					
3 Обед***	0,65	42,65		0,33	9,27	6,08	0,17
4Полдн.***				0,04	0,68	0,66	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы

Феклина Т.Е.
Малова Н.И.