

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

22 апреля 2024 г.

Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 1-4)

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | Цена |
|-------------------|-------|---------|--------|--------|--|------|
| Белки | Жиры | Углевод | Ккал | | | |
| <u>1завтр.***</u> | | | | | | |
| 15 | 0.58 | 10.28 | 52.4 | 20 | Батон Нарезной порц | |
| 3.82 | 7.32 | 0.04 | 81.2 | 20 | Колбаса в/к(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 / | |
| 14 | 18 | 80 | 532 | | | |
| <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 // | |
| 0.25 | 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..... | |
| 32 | 40 | 103 | 890 | | | |
| <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 | | | |
| 51 | 60 | 245 | 1699 | | | |

| Итоги по группам питающихся | | | | | | |
|-----------------------------|--------|----------|---------|--------|--------|------|
| Группа | Натрий | Калий | Кальций | Магний | Фосфор | Цинк |
| 1завтр *** | 449,38 | 362,72 | 283,65 | 51,29 | 273,2 | 0,07 |
| 2завтр *** | 0,02 | 2,38 | | | | |
| Зобед *** | 336,6 | 1 009,22 | 139,58 | 106,74 | 414,95 | 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 *** | 0,02 | 1,3 | | 0,25 | 1,99 | 3,1 | 0,02 |
| 2завтр *** | | 0,81 | | | | | |
| Зобед *** | 0,65 | 67,07 | | 0,32 | 9,22 | 6,02 | 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.

22 апреля 2024 г.

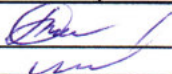
Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 5-11)

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | Цена |
|------------------|-------|---------|--------|-------------------|--|------|
| Белки | Жиры | Углевод | Ккал. | | | |
| | | | | <u>1Завтра***</u> | | |
| 15 | 0.58 | 10.28 | 52.4 | 20 | Батон Нарезной порц | |
| 3.82 | 7.32 | 0.04 | 81.2 | 20 | Колбаса в/к(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 / | |
| 12 | 16 | 66 | 447 | | | |
| | | | | <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,/// Сметана 20% | |
| 0.1 | 6.25 | 0.14 | 50 | 35 | Плов из птицы/// Салат из редиса и огурцов с маслом // | |
| 23.08 | 24.86 | 41.01 | 480.9 | 75/200 | Компот из свежих плодов (яблоко. красная смородина) | |
| 0.66 | 3.06 | 1.8 | 38.7 | 60 | Хлеб ржаной...../ | |
| 0.25 | 0.16 | 27.5 | 114.11 | 200 | Хлеб белый в/с..... | |
| 1.7 | 0.33 | 9.95 | 50.25 | 25 | | |
| 1.9 | 0.2 | 12.3 | 58.75 | 25 | | |
| 32 | 41 | 104 | 902 | | | |
| | | | | <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 | | | |
| 49 | 58 | 232 | 1627 | | | |

| Итоги по группам питающихся | | | | | | |
|-----------------------------|--------|----------|---------|--------|--------|------|
| Группа | Натрий | Калий | Кальций | Магний | Фосфор | Цинк |
| 1Завтра*** | 435.26 | 296.61 | 216.09 | 40.33 | 217.48 | 0.05 |
| 2Завтра*** | 0.02 | 2.38 | | | | |
| 3 Обед*** | 342.74 | 1 041.61 | 147.98 | 110.34 | 421.05 | 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 |
| 1Завтра*** | 0.02 | 0.98 | | 0.2 | 1.79 | 2.51 | 0.02 |
| 2Завтра*** | | 0.81 | | | | | |
| 3 Обед*** | 0.65 | 70.4 | | 0.33 | 9.25 | 6.2 | 0.17 |
| 4Полдн *** | | | | 0.04 | 0.68 | 0.66 | 0.02 |

Зав.производством
Мед работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.