

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

22 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	
20,13	14,97	34,18	354,29	100	Запеканка из творога	
0,12	0,06	19,11	77,49	30	Соус клубничный,	
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
5,08	4,6	0,28	63	штм/040	Яйцо вареное	
27	20	79	607			

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

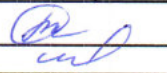
5,13	5,23	14,59	127,42	10/150	<u>Зобед.***</u> Суп куриный картофельный с клецками, //	
3,52	4,8	15,71	121,88	150	Капуста тушеная..	
10,88	11,36	7,16	173,8	80	Котлета домашняя (говядина , птица)///	
0,58	2,79	1,85	36,49	60	Салат из свежих помидоров	
0,22	0,13	27,99	115,31	200	Компот из свежих плодов (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.....	
24	25	90	684			

0,2	0,05	14,99	60	200/5	<u>4полдн***</u> Чай с сахаром- рафинад /	
3,1	3,53	34,78	181,1	75	Круассан с вареной сгущенкой.//	
3	4	50	241			
54	49	218	1 532			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1завтр.***	209,12	281,18	307,64	44,3	307,25	0,04
2завтр.***	0,02	2,38				
Зобед.***	372,36	1 361,04	245,93	102,61	359,68	5,31
4полдн***	6,45	48,03	14,66	5,87	33,65	0,11

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1завтр.***	0,02	4,44		0,59	1	1,76	0,01
2завтр.***		0,81					
Зобед.***	3,33	104,52		0,37	6,9	6,59	0,19
4полдн***	0,01			0,03	0,52	0,5	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

22 мая 2025 г.

Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 5-11)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал			
				<u>13автра***</u>		
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Батон Нарезной порц	
20,13	14,97	34,18	354,29	100	Запеканка из творога	
0,12	0,06	19,11	77,49	30	Соус клубничный,	
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
5,08	4,6	0,28	63	1шт/040	Яйцо вареное	
27	20	79	607			
				<u>23автра***</u>		
	0,24	0,1		200	Сок 200	
				<u>3 Обед***</u>		
5,99	6,24	19,46	159,87	15/200	Суп куриный картофельный с клецками//	
3,52	4,8	15,71	121,88	150	Капуста тушеная..	
13,66	14,23	9,11	218,39	100	Котлета домашняя (говядина , птица,)//	
0,58	2,79	1,85	36,49	60	Салат из свежих помидоров	
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.....	
28	29	96	761			
				<u>4Полдн.***</u>		
0,2	0,05	14,99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
3,1	3,53	34,78	181,1	75	Круассан с вареной сгущенкой.//	
3	4	50	241			
58	53	225	1 609			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1 Завтра***	209,12	281,18	307,64	44,3	307,25	0,04
2 Завтра***	0,02	2,38				
3 Обед***	408,39	1 496,58	275,77	112,85	412,42	6,59
4 Полдн.***	6,45	48,03	14,66	5,87	33,65	0,11

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1 Завтра***	0,02	4,44		0,59	1	1,76	0,01
2 Завтра***		0,81					
3 Обед***	3,36	107,27		0,42	7,93	7,24	0,22
4 Полдн.***	0,01			0,03	0,52	0,5	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы

(Подпись)

Феклина Т.Е.
Малова Н.И.