

Утверждаю, Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

24 апреля 2024 г.

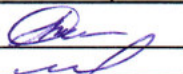
Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 1-4)

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	
6.75	8.21	40.36	254.13	150/7,5	Каша вязкая молочная овсяная	
0.2	0.05	14.99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
13	14	66	432			
<u>2завтр.***</u>						
4.9	23.33	40.03	39.38	30	Печенье "Тонди чоко" 30 гр.	
5	23	40	39			
<u>Зобед.***</u>						
6.25	5.19	13.25	118.87	150/10	Суп картофельный с бобовыми (горохом) с мясом./	
5.51	4.33	37.55	210.26	150	Макаронные изделия отварные с маслом.	
10.88	11.36	7.16	173.8	80	Шницель (говядина, птица,,	
0.33	0.06	1.14	7.2	30	Подгарнировка (помидор)	
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.....	
28	22	114	757			
<u>4полдн***</u>						
0.2	0.05	14.99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
4.12	4.06	30.62	174.97	75	Пирожки печеные из дрожжевого теста(фарш картофель с луком)//	
4	4	46	235			
50	63	265	1463			

Итого по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1завтр ***	289,57	148,18	280,95	20,27	183,31	
2завтр ***						
Зобед ***	416,57	822,04	217,49	109,08	396,95	7,56
4полдн***	9,94	241,61	20,32	14,57	57,57	0,17

Итого по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1завтр ***	0,02	1,12		0,19	0,3	0,59	0,02
2завтр ***							
Зобед ***	0,17	18,37		0,31	6,77	7,23	0,54
4полдн***	0,01	7,07		0,07	0,95	0,87	0,02

Зав. производством
Мед. работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

24 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	
4.9	5.1		65.6	20	Сыр	
6.75	8.21	40.36	254.13	150/7,5	Каша вязкая молочная овсяная	
0.2	0.05	14.99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
13	14	66	432			
<u>2Завтра***</u>						
4.9	23.33	40.03	39.38	30	Печенье "Тонди чоко" 30 гр.	
5	23	40	39			
<u>3 Обед***</u>						
7.35	6.07	17	146.85	200/15	Суп картофельный с бобовыми (горохом) с мясом//	
6.62	5.1	45.13	248.22	180	Макаронные изделия отварные с маслом,	
14.04	14.27	11.57	230.14	100	Шницель (говядина, птица),,,	
0.33	0.06	1.14	7.2	30	Подгарнировка (помидор)	
1.3	0.08	32.71	137.8	200	Компот из сухофруктов//	
1.9	0.2	12.3	58.75	25	Хлеб белый в/с.....	
1.7	0.33	9.95	50.25	25	Хлеб ржаной...../	
33	26	130	879			
<u>4Полдн.***</u>						
0.2	0.05	14.99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
4.12	4.06	30.62	174.97	75	Пирожки печеные из дрожжевого теста(фарш картофель с луком)//	
4	4	46	235			
56	67	281	1586			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1Завтра***	289,57	148,18	280,95	20,27	183,31	
2Завтра***						
3 Обед***	424,76	998,46	198,92	122,4	458,31	8,86
4Полдн ***	9,94	241,61	20,32	14,57	57,57	0,17

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1Завтра***	0,02	1,12		0,19	0,3	0,59	0,02
2Завтра***							
3 Обед***	0,2	21,54		0,36	8,01	7,99	0,36
4Полдн ***	0,01	7,07		0,07	0,95	0,87	0,02

Зав. производством
Мед. работник школы

Феклина Т.Е.
Малова Н.И.