

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

26 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	
0 1	6 25	0 14	50	9	Масло сливочное(порциями)/	
3 07	6 51	26 72	172 68	100/5	Каша вязкая молочная рисовая,	
0 2	0 05	14 99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
5	13	52	335			
				<u>2завтр.***</u>		
4 9	23 33	40 03	39 38	40	Обыкновенное чудо 40 гр.	
5	23	40	39			
				<u>Зобед.***</u>		
1 67	3 2	7 28	67 02	150/10	Щи рыбные из свежей капусты с картофелем (пикша .)	
5 85	3 71	26 42	159 77	100	Каша гречневая рассыпчатая,	
11 24	32	2 95	343 37	90	Гуляш из свинины	
0 5	2 76	1 84	33 68	60	Салат из свежих огурцов.	
0 27	0 2	27 73	114 4	200	Компот из свежих плодов (яблоко, клубника)	
1 7	0 33	9 95	50 25	25	Хлеб ржаной...../	
1 9	0 2	12 3	58 75	25	Хлеб белый в/с.....	
23	42	88	827			
				<u>4полдн***</u>		
0 2	0 05	14 99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
4 54	9 41	46 36	287 19	75	Булочка "Российская"	
0 06	0 01	0 21	2 38	7	Лимон.	
5	9	62	350			
38	89	242	1 551			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1завтр ***	118,03	118,94	147,37	20,71	96,63	0,03
2завтр ***						
Зобед ***	1 445,5	1 073,87	116,35	322,63	406,01	0,18
4полдн***	10,74	86,11	28,09	9,65	52,17	0,13

Итоги по группам питающихся							
Группа	А	С	В1	В2	РР	Железо	Иод
1завтр ***	0,03	0,65		0,11	0,6	0,58	0,02
2завтр ***							
Зобед ***	0,03	40		0,29	5,19	9,78	0,09
4полдн***	0,01	2,88		0,06	0,7	0,72	0,01

Зав. производством
Мед. работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.

Утверждаю : Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

26 апреля 2024 г.

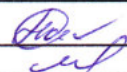
Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 5-11)

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)/	
4 57	7 73	38 04	234 79	150/7,5	Каша вязкая молочная рисовая	
0 2	0 05	14 99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
6	15	63	397			
<u>2Завтра***</u>						
4 9	23 33	40 03	39 38	40	Обыкновенное чудо 40 гр.	
5	23	40	39			
<u>3 Обед***</u>						
2 09	4	9 1	83 78	200/15	Щи рыбные из свежей капусты с картофелем (пикша.)/	
8 78	5 57	39 63	239 63	150	Каша гречневая рассыпчатая.	
11 24	32	2 95	343 37	90	Гуляш из свинины	
0 5	2 76	1 84	33 68	60	Салат из свежих огурцов.	
0 27	0 2	27 73	114 4	200	Компот из свежих плодов (яблоко, клубника)	
1 7	0 33	9 95	50 25	25	Хлеб ржаной...../	
1 9	0 2	12 3	58 75	25	Хлеб белый в/с.....	
26	45	104	924			
<u>4Полдн.***</u>						
0 2	0 05	14 99	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
4 54	9 41	46 36	287 19	75	Булочка "Российская"	
0 06	0 01	0 21	2 38	7	Лимон.	
5	9	62	350			
43	92	269	1 710			

Итого по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1Завтра***	132,4	166,65	209,71	29,73	135,85	0,05
2Завтра***						
3 Обед***	1 449,99	1 249,35	132,13	374,11	485,91	0,21
4Полдн ***	10,74	86,11	28,09	9,65	52,17	0,13

Итого по группам питающихся							
Группа	А	С	В1	В2	РР	Железо	Иод
1Завтра***	0,03	0,98		0,16	0,8	0,73	0,02
2Завтра***							
3 Обед***	0,04	47,51		0,34	6,37	11,52	0,1
4Полдн ***	0,01	2,88		0,06	0,7	0,72	0,01

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.