

Меню для учащихся

Школа _____ буфетного типа _____ Отд./корп _____ День 03.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо		Бутерброд с сыром	50		154,83	7,68	8,13	12,75
	напиток		Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	160		172,71	4,84	5,64	25,65
	фрукт		Чай с молоком	200		75,25	1,70	1,65	13,40
			Фрукт свежий	140		62,16	0,56	0,56	13,72
Подлник	сладкое		Оладьи из моркови и яблока	90	108,33 руб.	178,61	4,31	2,45	34,41
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200		46,01	0,27	0,05	11,12
Обед	1 блюдо		Салат из белокачанной капусты с морковью	60	40,26 руб	53,61	0,92	3,05	5,62
	2 блюдо		Суп картофельный с горохом на говяжьем бульоне	200		131,32	5,63	5,24	15,42
	гарнир		Филе куриное тушенное в томатном соусе	100		158,59	14,29	10,69	1,95
	напиток		Каша гречневая рассыпчатая	150		245,91	8,73	5,9	39,46
	хлеб		Чай с сахаром	200		60	0,07	0,02	15,5
			Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59,38	1,73	0,24	12,61
					108,33 руб.				

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо		Бутерброд с сыром	50		154,83	7,68	8,13	12,75
	напиток		Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	200		215,19	6,07	7,06	31,84
	фрукт		Чай с молоком	200		75,25	1,70	1,65	13,40
			Фрукт свежий	140		62,16	0,56	0,56	13,72
Подлник	сладкое		Оладьи из моркови и яблока	90	108,33 руб.	178,61	4,31	2,45	34,41
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200		46,01	0,27	0,05	11,12
Обед	1 блюдо		Салат из белокачанной капусты с морковью	100	40,26 руб	89,54	1,55	5,08	9,39
	2 блюдо		Суп картофельный с горохом на говяжьем бульоне	250		163,61	6,99	6,51	19,28
	гарнир		Филе куриное тушенное в томатном соусе	100		158,59	14,29	10,69	1,95
	напиток		Каша гречневая рассыпчатая	180		295,71	10,51	7,09	47,47
	хлеб		Чай с сахаром	200		60	0,07	0,02	15,5
			Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	50		118,76	3,46	0,48	25,22
					108,33 руб.				



Директор
Г.И. Веретенко

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Бутерброд с сыром	50		154,83	7,68	8,13	12,75
	гор. Блюдо		Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	160		172,71	4,84	5,64	25,65
	напиток		Чай с молоком	200		75,25	1,70	1,65	13,40
					74,50 руб				
Полдник	сладкое		Оладьи из моркови и яблока	90		178,61	4,31	2,45	34,41
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200		46,01	0,27	0,05	11,12
					40,26 руб				
Обед	1 блюдо		Суп картофельный с горохом на говяжьем бульоне	200		131,32	5,63	5,24	15,42
	2 блюдо		Филе куриное тушенное в томатном соусе	100		158,59	14,29	10,69	1,55
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150		245,91	8,73	5,9	39,46
	напиток		Чай с сахаром	200		60	0,07	0,02	15,5
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59,38	1,73	0,24	12,61
					90,50 руб				

МБОУ "Школа № 39 Центр физико-математического образования"

Школа

Буфетного типа

Отд./корп

Дата

04.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Кукуруза консервированная прогретая	20		11,13	0,43	0,08	2,2
			Макаронные изделия отварные с сыром	170		276,93	10,29	10,19	36,02
			Напиток кофейный на молоке	200		120,9	3,53	3,21	19,48
			Хлеб пшеничный	25		58,14	2,92	0,24	11,95
					74,50 руб				
Полдник	сладкое		Печенье топленое молоко	75		318,75	5,63	9,38	52,86
	напиток		Чай с молоком	200		75,25	1,70	1,65	13,40
					40,26 руб				
Обед	1 блюдо		Суп из овощей на курином бульоне(с брокколи)	200		77,8	2,86	4,66	6,11
	2 блюдо		Жаркое по-домашнему	240		451,83	19,47	30,48	24,91
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200		3,9	0,26	0,03	0,29
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59,38	1,73	0,24	12,61
					90,50 руб				



Самосов

Самосов

Школа

Буфетного типа

Отд./корп

Дата

05.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена *	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Яйцо		Яйцо вареное	48		62	5,08	4,6	0,28
	гор. Блюдо		Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	160		242	8,6	6,5	37
	напиток		Какао на молоке	200		114,43	3,97	3,8	16,09
	хлеб		Хлеб пшеничный	25		58,14	2,92	0,24	11,95
					74,50 руб				
Полдник	сладкое		Блинчики с вареной сгущенкой	141		268,59	6,05	9,30	40,78
	напиток		Чай с сахаром	200		45,45	0,20	0,05	11,05
					40,26 руб				
Обед	1 блюдо		Рассольник Ленинградский на говяжьем бульоне(перловка)	200		133,6	3,19	7,27	13,86
	2 блюдо		Шницель школьный(свинина)	100		333,96	14,67	23,14	16,75
	гарнир		Каша рисовая рассыпчатая	150		246,11	4,39	4,97	45,96
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200		77			19,4
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59,38	1,73	0,24	12,61
					90,50 руб				

Солнечный Оупенер

Школа

буфетного типа

Отд./корп

День

06.02.2025

1-4 КЛАСС

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Яйцо		40		165,39	2	10,63	15,95
	гор. Блюдо		240		295,80	6,52	10,42	43,98
	напиток		200		75,25	1,70	1,65	13,40
	хлеб		100		73,00	2,50	1,20	13,10
				108,33 руб.				
Полдник			50	*	154,83	7,68	8,13	12,75
	Яйцо		48		75,41	6,10	5,52	0,34
	напиток		200		46,01	0,27	0,05	11,12
				40,26 руб.				
Обед			60		53,27	0,85	3,06	5,59
	1 блюдо		200		71,32	1,47	2,27	11,26
	2 блюдо		100		182,79	13,94	10,23	9,74
	гарнир		150		205,27	5,65	4,29	36,02
	напиток		200		3,9	0,28	0,03	0,29
	хлеб		25		59,38	1,73	0,24	12,61
				108,33 руб.				

5-11 КЛАСС

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо		40		165,39	2	10,63	15,95
	напиток		280		342,03	7,62	11,84	51,24
	кисло-мол		200		75,25	1,70	1,65	13,40
			100		73,00	2,50	1,20	13,10
				108,33 руб.				
Полдник	яйцо		50		154,83	7,68	8,13	12,75
	напиток		48		75,41	6,10	5,52	0,34
			200		46,01	0,27	0,05	11,12
				40,26 руб.				
Обед	1 блюдо		100		88,92	1,43	5,1	9,34
	2 блюдо		250		93,65	1,84	3,33	14,08
	гарнир		100		182,79	13,94	10,23	9,74
	напиток		180		245,65	6,76	5,14	43,08
	хлеб		200		46,01	0,27	0,05	11,12
			50		118,76	3,46	0,48	25,22
				108,33 руб.				



С. М. Мухоморова

Школа Отд./корп Дата 06.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Бутерброд с маслом шоколадным	40		165	2,08	10,6	15,28
	гор. Блюдо		Плов из птицы	240		242	8,6	6,5	37
	напиток		Чай с молоком	200		114,43	3,97	3,8	16,09
					74,50 руб				
Полдник			Бутерброд с сыром	50		154,83	7,68	8,13	12,75
	яйцо		Яйцо вареное	48		75,41	6,10	5,52	0,34
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200		46,01	0,27	0,05	11,12
					40,26 руб				
Обед	1 блюдо		Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200		71,32	1,47	2,27	11,26
	2 блюдо		Печень по-строгановски	100		182,79	13,94	10,23	9,74
	гарнир		Макароны отварные	150		205,27	5,65	4,29	36,02
	напиток		Чай с сахаром	200		3,9	0,28	0,03	0,29
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59,38	1,73	0,24	12,61
					90,50 руб				

Солосова О.И.

Школа

буфетного типа

Отд./корп

День

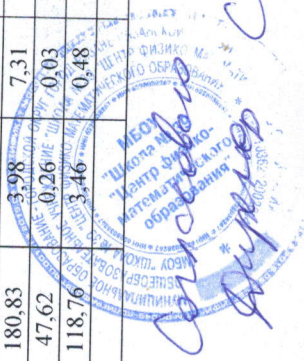
07.02.2025

1-4 КЛАСС

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Бутерброд с сыром	50		154,83	7,68	8,13	12,75
	гор. Блюдо		Запеканка из творога Нежная	150		368,19	22,57	19,26	26,15
	напиток		Какао на молоке	200		114,43	3,97	3,8	16,09
	фрукт		Фрукт свежий	140		62,16	0,56	0,56	13,72
Поддник	сладкое		Песочник	50	108,33 руб.				
	кисломол		Молоко витаминизированное	200		234,00	3,10	9,30	34,00
Обед			Подгарировка из соленых огурцов	60	40,26 руб				
	1 блюдо		Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	200		27,41	0,5	2,05	1,08
	2 блюдо		Тефтели из говядины	100		109,97	2,71	5,74	11,86
	гарнир		Пюре картофельное	150		249,2	13,57	15,32	14,26
	напиток		Напиток Витошка	200		157,28	3,31	6,32	22,04
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		47,62	0,26	0,03	11,11
					108,33 руб.				12,61

5-11 КЛАСС

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Бутерброд с сыром	50		154,83	7,68	8,13	12,75
	гор. Блюдо		Запеканка из творога Нежная	200		483,54	30,07	24,77	35,09
	напиток		Какао на молоке	200		114,43	3,97	3,8	16,09
	фрукт		Фрукт свежий	140		62,16	0,56	0,56	13,72
Поддник	сладкое		Песочник	50	108,33 руб.				
	кисломол		Молоко витаминизированное	200		234,00	3,10	9,30	34,00
Обед			Подгарировка из соленых огурцов	100	40,26 руб				
	1 блюдо		Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	250		27,68	0,87	3,09	1,81
	2 блюдо		Тефтели из говядины	100		142,35	3,58	7,7	15,19
	гарнир		Пюре картофельное	180		249,2	13,57	15,32	14,26
	напиток		Напиток Витошка	200		180,83	3,98	7,31	26,52
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	50		47,62	0,26	0,03	11,11
					108,33 руб.				25,22



Школа

Буфетного типа

Отд./корп

Дата

07.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Бутерброд с сыром	50		154,83	7,68	8,13	12,75
	гор. Блюдо		Запеканка из творога Нежная	150		368,19	22,57	19,26	26,15
	напиток		Какао на молоке	200		114,43	3,97	3,8	16,09
					74,5 руб				
Полдник	сладкое		Песочник	50		234,00	3,10	9,30	34,00
	кислоломол		Молоко витаминизированное	200		120,00	6,00	6,40	9,40
					40,26 руб				
Обед	1 блюдо		Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	200		109,97	2,71	5,74	11,86
	2 блюдо		Тефтели из говядины	100		249,2	13,57	15,32	14,26
	гарнир		Пюре картофельное	150		157,28	3,31	6,32	22,04
	напиток		Напиток Витошка	200		47,62	0,26	0,03	11,11
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59,38	1,73	0,24	12,61
					90,5 руб				

Самоедов