

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.03.25

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Каша молочная "Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Г р у ш а	1 шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,2
Батон, обогащенный йодоказеином	24	57,0	1,7	0,6	12,0	1,2
Стоимость рациона	91,33	558,0	11,5	17,8	88,4	8,8
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	31	74,0	2,2	0,8	15,8	1,6
Стоимость рациона	109,60	711,0	23,7	20,9	108,1	10,8

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.03.25

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный / платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Груша	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,2
Батон, обогащенный йодоказеином	24	57,0	1,7	0,6	12,0	1,2
Стоимость рациона	91,33	558,0	11,5	17,8	88,4	8,8
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	31	74,0	2,2	0,8	15,8	1,6
Стоимость рациона	109,60	711,0	23,7	20,9	108,1	10,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Напиток клюквенный	200	65,0	0,1	0,1	15,9	1,6
Пирожок печёный сдобный с творогом	100	243,0	12,0	9,3	27,9	2,8
Стоимость рациона	42,25	308,0	12,1	9,4	43,8	4,4

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.03.25

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,2
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	91,33	616,0	17,9	22,3	86,4	8,6
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	109,60	719,0	24,0	21,4	107,9	10,8
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Напиток клюквенный	200	65,0	0,1	0,1	15,9	1,6
Пирожок печёный сдобный с творогом	100	243,0	12,0	9,3	27,9	2,8
Стоимость рациона	42,25	308,0	12,1	9,4	43,8	4,4

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г. А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углерод, г	Примерное количество хлебных единиц
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	11,63	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Бутерброд горячий с сыром	38,71	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
<i>Первые блюда</i>							
Суп сырный с гренками, зеленью	30,43	250,15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
<i>Вторые блюда</i>							
Каша молочная "Дружба" с маслом	23,22	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Гуляш из говядины	65,11	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
<i>постные блюда</i>							
Суп картофельный с зеленью	19,88	250	105,0	2,2	2,8	14,0	1,4
Котлеты морковные	19,75	100	161,0	3,3	7,8	16,5	1,6
Рожки отварные с маслом растительным	5,95	150	199,0	5,7	5,6	29,5	2,9
<i>Гарниры</i>							
Рожки отварные	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,01
Кофейный напиток витаминизированный	11,32	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,96	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	4,56	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
Малышева Г.А.

Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.