

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.03.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	30	72,0	2,1	0,8	15,0	1,5
Стоимость рациона	91,33	534,0	16,3	24,8	61,7	6,1
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микроэлементами	30	64,0	2,2	0,4	12,9	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	39	93,0	2,7	0,9	19,6	1,9
Стоимость рациона	109,60	842,0	29,4	28,8	117,2	11,7

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 13.03.25

Согласовано

Директор школы № 13



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	30	72,0	2,1	0,8	15,0	1,5
Стоимость рациона	91,33	534,0	16,3	24,8	61,7	6,1
Обед 1-4 класс (льготный/платный)						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64,0	2,2	0,4	12,9	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	39	93,0	2,7	0,9	19,6	1,9
Стоимость рациона	109,60	842,0	29,4	28,8	117,2	11,7
Полдник 1-4 класс (льготный/платный)						
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Пирожок печёный сдобный с картофелем и луком	100	199,0	5,6	7,2	27,9	2,8
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	42,25	306,0	6,2	7,7	52,7	5,3

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 13.03.25

Согласовано
Директор школы № 3



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционно	10	35,0	2,3	2,9	0,0	0,0
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	199,0	6,4	6,8	28,2	2,8
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	30	72,0	2,1	0,8	15,0	1,5
Стоимость рациона	91,33	490,0	14,0	21,1	61,6	6,1
Обед 5-11 класс (льготный/платный)						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42,0	1,4	0,2	8,6	0,8
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	109,60	809,0	28,4	29,0	108,9	10,9
Полдник 5-11 класс (льготный/платный)						
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	100	199,0	5,6	7,2	27,9	2,8
Яблоко	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	42,25	306,0	6,2	7,7	52,7	5,3

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	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,61	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	23,40	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
Первые блюда							
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами,зеленью	23,63	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Вторые блюда							
Каша молочная пшённая с маслом	21,19	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Тефтели мясные в соусе томатном	70,18	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Гарниры							
Рожки отварные	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Постные блюда							
Суп картофельный с зеленью	19,88	250	105,0	2,2	2,8	14,0	1,4
Котлета свекольная	12,36	100	172,0	3,7	7,8	18,8	1,8
Рожки отварные с овощами,зеленым гороршком	14,81	150	209,0	5,3	9,3	25,8	2,6
Рожки отварные с маслом растительным	5,95	150	199,0	5,7	5,6	29,5	2,9
Напитки							
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Чай с лимоном	3,23	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Напиток из шиповника	8,72	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	4,56	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулят
ор
Мальшева 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.