

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.05.25

Согласовано

Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, обогащенный йодоказеином	29	70,0	2,0	0,7	14,5	1,5
Стоимость рациона	91,33	531,0	20,8	14,9	77,7	7,8
Обед 1-4 класс						
Бульон с куриным филе,гренками,зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Печень по-строгановски	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,7
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	1,0
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	42	101,0	2,9	1,1	21,0	2,1
Стоимость рациона	109,60	796,0	40,3	20,7	113,1	11,3

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 16.05.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	91,33	578,0	19,6	19,3	81,8	8,2
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Печень по-строгановски	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,7
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	43	103,0	3,0	1,1	21,5	2,2
Стоимость рациона	109,60	798,0	41,7	21,8	110,1	11,0
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	3,0
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,9
Стоимость рациона	42,25	285,0	10,1	9,7	39,3	3,9

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 16.05.25

Согласовано

Директор школы № 133

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, обогащенный йодоказеином	29	70,0	2,0	0,7	14,5	1,5
Стоимость рациона	91,33	531,0	20,8	14,9	77,7	7,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Печень по-строгановски	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,7
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	1,0
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	42	101,0	2,9	1,1	21,0	2,1
Стоимость рациона	109,60	796,0	40,3	20,7	113,1	11,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,9
Сдоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	3,0
Стоимость рациона	42,25	285,0	10,1	9,7	39,3	3,9

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.

Меню учителя на 16 МАЯ 25 г



Согласовано
Директор школы № 133

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
<i>Первые блюда</i>							
Бульон с куриным филе, гренокami, зеленью	36,17	300/150/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная	58,97	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Биточки домашние	64,81	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Печень по-строгановски	44,93	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,8
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	19,25	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	15,21	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	13,75	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
<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	0,0
Чай с лимоном	3,23	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
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.