

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.12.24

Согласовано
Директор школы №



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло шоколадное | 15 | 98,0 | 0,2 | 9,3 | 3,3 | 0,3 |
| Пудинг " Лакомка " с клубничным вареньем | 150/30 | 379,0 | 14,1 | 12,6 | 56,4 | 5,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Я б л о к о | 1шт | 51,0 | 0,5 | 0,5 | 11,3 | 1,2 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 23 | 64,0 | 1,8 | 0,5 | 13,2 | 1,3 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 633,0 | 16,8 | 23,0 | 94,3 | 9,4 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп сырный с гренками, зеленью | 250/15 | 164,0 | 4,3 | 5,8 | 23,7 | 2,3 |
| Гуляш из говядины | 100 | 121,0 | 8,2 | 8,6 | 2,8 | 0,3 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,7 |
| Сок фруктовый | 200 | 90,0 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 2,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 38 | 80,5 | 2,7 | 0,5 | 16,4 | 1,6 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 50 | 140,0 | 4,0 | 1,0 | 28,6 | 2,9 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 841,5 | 27,7 | 23,2 | 130,5 | 13,0 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.12.24

Согласовано
Директор школы № 102520



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Масло шоколадное | 15 | 98,0 | 0,2 | 9,3 | 3,3 | 0,3 |
| Пудинг " Лакомка" с клубничным вареньем | 150/30 | 379,0 | 14,1 | 12,6 | 56,4 | 5,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Я б л о к о | 1 шт | 51,0 | 0,5 | 0,5 | 11,3 | 1,2 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 23 | 64,0 | 1,8 | 0,5 | 13,2 | 1,3 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 633,0 | 16,8 | 23,0 | 94,3 | 9,4 |
| Обед 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 250/15 | 164,0 | 4,3 | 5,8 | 23,7 | 2,3 |
| Гуляш из говядины | 100 | 121,0 | 8,2 | 8,6 | 2,8 | 0,3 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,7 |
| Сок фруктовый | 200 | 90,0 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 2,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 38 | 80,5 | 2,7 | 0,5 | 16,4 | 1,6 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 50 | 140,0 | 4,0 | 1,0 | 28,6 | 2,9 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 841,5 | 27,7 | 23,2 | 130,5 | 13,0 |
| Полдник 1-4 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Плюшка с сахаром | 80 | 248,0 | 5,3 | 8,0 | 38,8 | 3,9 |
| Йогурт фруктовый питьевой | 202 | 75,7 | 3,0 | 2,8 | 9,6 | 0,9 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 323,7 | 8,3 | 10,8 | 48,4 | 4,8 |

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 16.12.24

Согласовано
Директор школы № 793



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Пудинг "Лакомка" с клубничным вареньем | 200/25 | 486,0 | 20,9 | 14,3 | 68,6 | 6,9 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30 | 84,0 | 2,4 | 0,6 | 17,2 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 611,0 | 23,5 | 15,0 | 95,9 | 9,6 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 250/15 | 164,0 | 4,3 | 5,8 | 23,7 | 2,3 |
| Гуляш из говядины | 100 | 121,0 | 8,2 | 8,6 | 2,8 | 0,3 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 296,0 | 10,2 | 8,8 | 44,1 | 4,4 |
| Сок фруктовый | 200 | 90,0 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 2,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 794,0 | 26,5 | 24,0 | 118,1 | 11,8 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Пицца сырная | 100 | 353,0 | 14,4 | 17,1 | 35,3 | 3,5 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,5 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 457,0 | 15,1 | 17,4 | 59,9 | 6,0 |

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 ДЕКАБРЯ 24г



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <i>Холодные блюда</i> | | | | | | | |
| Масло шоколадное | 15,62 | 15 | 98,0 | 0,2 | 9,3 | 3,3 | 0,3 |
| <i>Первые блюда</i> | | | | | | | |
| Суп сырный с гренками, зеленью | 26,19 | 250/15 | 164,0 | 4,3 | 5,8 | 23,7 | 2,4 |
| <i>Вторые блюда</i> | | | | | | | |
| Пудинг " Лакомка" с клубничным вареньем | 67,97 | 150/30 | 379,0 | 14,1 | 12,6 | 56,4 | 5,6 |
| Гуляш из говядины | 64,02 | 100 | 121,0 | 8,2 | 8,6 | 2,8 | 0,3 |
| <i>Гарниры</i> | | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 14,78 | 180 | 296,0 | 10,2 | 8,8 | 44,1 | 4,4 |
| <i>Напитки</i> | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 1,69 | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Чай без сахара | 0,67 | 200 | 2,0 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0,0 |
| Сок фруктовый | 11,17 | 200 | 90,0 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 2,2 |
| <i>Хлеб</i> | | | | | | | |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 2,00 | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 3,50 | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |

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.