

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.03.25

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Каша молочная рисовая с маслом	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	3,0
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	118,0	3,4	0,8	24,1	2,4
Стоимость рациона		91,33	15,2	24,9	83,1	8,3
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,4
Котлета куриная	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,7
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	37	104,0	3,0	0,7	21,2	2,1
Стоимость рациона		109,60	39,4	19,1	105,2	10,5

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 18.03.25

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)						
сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
молочная рисовая с маслом	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	3,0
молочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
витаминовый с микроэлементами	42	118,0	3,4	0,8	24,1	2,4
Суммарная стоимость рациона	91,33	621,0	15,2	24,9	83,1	8,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
свиной с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,4
куриная	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,7
с вареными	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
витаминовый с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
витаминовый с микроэлементами	37	104,0	3,0	0,7	21,2	2,1
Суммарная стоимость рациона	109,60	749,0	39,4	19,1	105,2	10,5
Ужин 1-4 класс (льготный / платный)						
с начинкой 1/70	1шт	289,0	3,5	10,9	43,3	4,3
из облепихи	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,5
Суммарная стоимость рациона	42,25	349,0	3,5	10,9	58,3	5,8

Калькулятор

Малышева Г.А.

нолог

Н

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

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.03.25

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)						
Блины "Домашние" со сгущённым молоком	168/30	502,0	12,2	27,2	51,9	5,2
Чай с лимоном	200/8	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Яблоко	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	91,33	594,0	12,9	27,7	73,0	7,3
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,4
Котлета куриная	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,7
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
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	749,0	39,5	19,7	103,9	10,3
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба обыкновенная	100	318,0	8,1	5,2	59,9	5,9
Напиток овсяный 0,2	1шт	100,0	2,0	1,0	22,0	2,2
Стоимость рациона	42,25	418,0	10,1	6,2	81,9	8,1

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.

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Холодные блюда							
Масло сливочное	17,42	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	32,90	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,4
Вторые блюда							
Каша молочная рисовая с маслом	22,88	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	3,0
Котлета куриная	58,24	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,7
Блины " Домашние " со сгущённым молоком	73,10	168/30	502,0	12,2	27,2	51,9	5,2
Гарниры							
Рожки отварные	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Постные блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	13,73	250	146,0	5,3	5,3	19,5	1,9
Котлета картофельная	19,20	100	160,0	8,9	7,4	14,3	1,4
Рожки отварные с маслом растительным	5,95	150	199,0	5,7	5,6	29,5	2,9
Гороховое пюре с растительным маслом	6,51	150	249,0	15,5	7,6	26,0	2,6
Напитки							
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	3,45	200/8	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Компот из груш	13,03	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Какао с молоком	17,83	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,02	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.