

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.12.24

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	33	79,2	2,4	0,8	16,5	1,6
Стоимость рациона	91,33	683,2	16,6	30,8	81,4	8,1
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	270	152,0	5,4	6,7	17,4	1,7
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром доп. гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,7
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	33	79,2	2,4	0,8	16,5	1,6
Стоимость рациона	109,60	627,2	20,8	23,0	84,7	8,4

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 27.12.24

Согласовано
Директор школы № 202



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	33	79,2	2,4	0,8	16,5	1,6
Стоимость рациона	91,33	683,2	16,6	30,8	81,4	8,1
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	270	152,0	5,4	6,7	17,4	1,7
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром доп. гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,7
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	33	79,2	2,4	0,8	16,5	1,6
Стоимость рациона	109,60	627,2	20,8	23,0	84,7	8,4
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.12.24

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Чевапчичи в тотатном соусе	100	267,0	18,5	16,9	10,5	1,0
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона		91,33	568,0	26,6	23,2	64,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами , зеленью	270	152,0	5,4	6,7	17,4	1,7
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
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	537,0	18,9	19,7	71,4
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Маковый рулетик посыпной	65	197,0	5,7	7,1	27,7	2,7
Напиток овсяный 0,2	1 шт	100,0	2,0	1,0	22,0	2,2
Стоимость рациона		42,25	297,0	7,7	8,1	49,7

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.

Меню учителя на 27 ДЕКАБРЯ 24г

Согласовано
Директор школы № 132



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное	13,10	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	22,19	270	152,0	5,4	6,7	17,4	1,7
<i>Вторые блюда</i>							
Бифштекс домашний	58,95	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Жаркое по-домашнему	75,87	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Чевапчичи в томатном соусе	76,86	100/50	267,0	18,5	16,9	10,5	1,0
<i>Гарниры</i>							
Рожки отварные	10,92	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	11,32	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,7
<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	0,01
Компот из яблок	7,21	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
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.