

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 01.12.25

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						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционно	20	71	4,6	5,8	0	0
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	486	22,3	28,4	34,9	3,4
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,5
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96	727	21,4	23	109,4	10,9

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 01.12.25

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционно	20	71	4,6	5,8	0	0
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	486	22,3	28,4	34,9	3,4
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,5
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96	727	21,4	23	109,4	10,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100	1 шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	297	7,5	5,3	55,1	5,5

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 01.12.25

Согласовано
Директор школы № 133



Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Стоимость рациона	96,63	504	22	27,7	41,3	4,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	2
Хлеб полезный с микронутриентами	26	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	34	95	2,7	0,7	19,4	1,9
Стоимость рациона	115,96	663	22,3	18,3	102,2	10,2
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100	1 шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	297	7,5	5,3	55,1	5,5

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.

Меню учителя на 01 ДЕКАБРЯ 25 г

Согласовано
Директор школы № 135

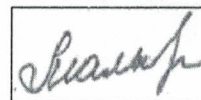
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	18,41	20	71	4,6	5,8	0	0
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	9,96	250	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Вторые блюда							
Омлет натуральный	43,18	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Плов из говядины	89,52	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Гарниры							
Икра кабачковая (доп.гарнир)	11,09	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Напитки							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Напиток из шиповника	7,60	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Сок фруктовый	18,60	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	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.