

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.03.26

Согласовано
Директор школы №



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 порционнo	20	71	4,6	5,8	0	0
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	28	78	2,2	0,6	16	1,6
Стоимость рациона	96,63	477	22	28,4	33,5	3,3
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами,зеленью	215	120	4,3	5,3	13,8	1,4
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
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	44	123	3,5	0,9	25,2	2,5
Стоимость рациона	115,96	742	20,7	23,8	112,1	11,2

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 02.03.26

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, 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 порционнo	20	71	4,6	5,8	0	0
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	28	78	2,2	0,6	16	1,6
Стоимость рациона	96,63	477	22	28,4	33,5	3,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами,зеленью	215	120	4,3	5,3	13,8	1,4
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
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	44	123	3,5	0,9	25,2	2,5
Стоимость рациона	115,96	742	20,7	23,8	112,1	11,2
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8,0	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Стоимость рациона	44,70	406	8,2	7,1	76	7,6

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 02.03.26

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона	96,63	536	22,2	31,3	41,2	4,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	265	152	5,6	6,8	17	1,7
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	35	78	2,6	0,4	15,9	1,6
Стоимость рациона	115,96	553	20,1	19	75,2	7,5
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Стоимость рациона	44,70	406	8,2	7,1	76	7,6

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.

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 порционно	20,59	20	71	4,6	5,8	0	0
Первые блюда							
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами , зеленью	20,22	265	152	5,6	6,8	17	1,7
Вторые блюда							
Омлет натуральный	43,18	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Плов из говядины	88,99	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
Постные блюда							
Суп картофельный с крупой,зеленью	11,09	250	124	2,2	5,4	16,4	1,4
Котлета морковная	15,67	100	161	3,3	7,8	16,5	1,6
Рис с овощами,кукурузой и зелёным горошком	18,38	150	239	4,5	9,2	26,7	2,6
Рис отварной	7,91	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
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
Чай с лимоном	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Компот из апельсинов	9,74	200	69	0,2	0,1	17	1,7
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

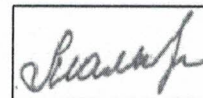
Инженер-технолог

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.