

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.03.26

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						
Блины "Домашние" с вареньем	168/30	479	10,1	24,7	54,2	5,4
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
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
Стоимость рациона	96,63	597	11,3	25	82	8,2
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гречками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,1
Ёжики " Аппетитные "	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	1	27,5	2,8
Стоимость рациона	115,96	797	25,6	24,9	117,8	11,8

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 04.03.26

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Блины "Домашние" с вареньем	168/30	479	10,1	24,7	54,2	5,4
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
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
Стоимость рациона	96,63	597	11,3	25	82	8,2
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гренками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,1
Ёжики " Аппетитные "	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	1	27,5	2,8
Стоимость рациона	115,96	797	25,6	24,9	117,8	11,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба "Аппетитная " с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1 шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	291	6,7	6,6	91	9,1

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.03.26

Согласовано
Директор школы № 2



Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	485	14,6	22,8	55,3	5,5
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	164	4,3	5,8	23,7	2,4
Ёжики " Аппетитные"	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона	115,96	709	24,1	25	96,9	9,7
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба "Аппетитная " с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1 шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	291	6,7	6,6	91	9,1

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.

Меню буфетной продукции на 04 Марта 2022

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	количество в 100 г
Холодные блюда							
Масло шоколадное	13,2	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Первые блюда							
Суп сырный с гречками, зеленью	27,96	250/15	164	4,3	5,8	23,7	2,4
Вторые блюда							
Блины " Домашние " с вареньем	55,5	168/30	479	10,1	24,7	54,2	5,4
Ёжики "Аппетитные"	47,59	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Гуляш из говядины	60,52	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Гарниры							
Пюре картофельное	25,36	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Рис отварной	16,37	180	220	4,4	7,5	33,7	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
Напиток из шиповника	7,60	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Чай с лимоном	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Постные блюда							
Суп картофельный,зеленью	13,52	250	105	2,2	2,8	14	1,4
Зразы картофельные	16,22	100	208	2,9	13,2	13,8	1,4
Котлета свекольная	8,58	100	172	3,7	7,8	18,8	1,8
Рис отаарной	7,91	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	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.