

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.12.25

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	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/20	369	31,7	12,6	32,2	3,2
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	96,63	585	34,4	21	64,7	6,5
Обед 1-4 класс						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Печень по-строгановски	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона	115,96	783	32,3	28,7	100,1	10

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 04.12.25

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 (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/20	369	31,7	12,6	32,2	3,2
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	96,63	585	34,4	21	64,7	6,5
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Печень по-строгановски	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона	115,96	783	32,3	28,7	100,1	10
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком, глазированная	100	400	8	9	73	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9	86,2	8,6

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 04.12.25

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)						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Вафли 1/20	1 шт	104	1,4	5,8	29	2,9
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	46	129	3,6	0,9	26,3	2,6
Стоимость рациона 96,63		820	31,6	28,6	126	12,6
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	120	7,7	7	7,2	0,7
Печень по-строгановски	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51	1,7	0,3	10,3	1
Стоимость рациона 115,96		707	31,5	29,8	79,2	7,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком , глазированная	100	400	8,0	9	73,0	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона 44,70		486	9,1	9	86,2	8,6

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.

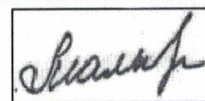
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	42,64	260	120	7,7	7,0	7,2	0,7
Вторые блюда							
Печенье по-строгановски	42,47	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Биточки домашние	56,07	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Запеканка из творога со сгущённым молоком	73,32	150/20	369	31,7	12,6	32,2	3,2
Гарниры							
Вермишель отварная	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,21	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
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
Компот из кураги	8,57	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Кофейный напиток быстрорастворимый	10,63	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
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	0,5	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.