

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.04.26

Согласовано
Директор школы № 13



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Котлета куриная с сыром	90	152	11,9	8,1	7,9	0,7
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	45	10	0,5	0,1	1,7	0,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Стоимость рациона	96,63	553	19	24,5	64,1	6,4
Обед 1-4 класс						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Компот из мандаринов	200	69	0,2	0,1	16,9	1,7
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	118	3,4	0,8	24	2,4
Стоимость рациона	115,96	799	31,7	30,2	97,7	9,8

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 10.04.26

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 шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Котлета куриная с сыром	90	152	11,9	8,1	7,9	0,7
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	45	10	0,5	0,1	1,7	0,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Стоимость рациона	96,63	553	19	24,5	64,1	6,4
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Компот из мандаринов	200	69	0,2	0,1	16,9	1,7
Печенье 1/20	1 шт	88	1,6	3,2	13	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	118	3,4	0,8	24	2,4
Стоимость рациона	115,96	799	31,7	30,2	97,7	9,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100	1 шт	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 10.04.26

Согласовано

Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Плов из индейки	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Стоимость рациона	96,63	584	14	27,1	71,2	7,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,2
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	19	53	1,5	0,4	10,9	1,1
Стоимость рациона	115,96	617	28,7	27,2	62	6,2
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Нижегородская слоба с маком, глазированная 1/100	1 шт	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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Хлебные единицы
Холодные блюда							
Помидоры свежие с маслом растительным	28,92	100	109	0,99	10,17	3,4	0,3
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Первые блюда							
Суп куриный с зеленью	20,28	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Вторые блюда							
Котлета куриная с сыром	55,28	90	152	11,9	8,1	7,9	0,8
Плов из филе индейки	70,2	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Митболлы в томатном соусе	68,05	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Гарниры							
Рис отварной	16,37	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Пюре картофельное	25,36	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Помидоры свежие (доп.гарнир)	13,54	45	10	0,5	0,1	1,7	0,2
Постные блюда							
Суп картофельный с вермишелью, зеленью	11,58	250	119	2,7	2,8	16,1	1,6
Зразы картофельные	16,22	100	208	2,9	13,2	13,8	1,4
Рис отварной с маслом растительным	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
Компот из мандаринов	9,62	200	69	0,2	0,1	16,9	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.