

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.09.25

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,2
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	38	106	3,0	0,8	21,7	2,1
Стоимость рациона	96,63	640	18,5	24,7	86,2	8,6
Обед 1-4 класс						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	131	2,2	5,8	17,4	1,7
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
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	30	81	2,4	0,6	16,5	1,7
Стоимость рациона	115,96	900	28,7	34,2	112,6	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 10.09.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,2
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
Пюре фруктовое 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	38	106	3,0	0,8	21,7	2,1
Стоимость рациона	96,63	640	18,5	24,7	86,2	8,6
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	131	2,2	5,8	17,4	1,7
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
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	30	81	2,4	0,6	16,5	1,7
Стоимость рациона	115,96	900	28,7	34,2	112,6	11,2
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Х а ч а п у р и	100	298	12,8	15	27,8	2,8
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,4
Стоимость рациона	44,70	402	13,5	15,3	52,4	5,2

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 10.09.25



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)						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Плов из индейки	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	708	15,2	34,9	83,5	8,3
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	124	2,1	5,1	17,3	1,7
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	35	35	0,6	1,8	4	0,4
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	92	2,6	0,6	18,9	1,9
Стоимость рациона	115,96	766	27,3	26,6	97,1	9,7
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Х а ч а п у р и	100	298	12,8	15	27,8	2,8
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,4
Стоимость рациона	44,70	402	13,5	15,3	52,4	5,2

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

Скаляр

* - 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.