

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.05.26

Согласовано
Директор школы № 133

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	15	99	0,12	10,9	0,2	0,02
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	8	0,4	0,1	1,3	0,1
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	29	81	2,3	0,6	16,6	1,7
Стоимость рациона	101,46	626	13,9	26,7	82,4	8,2
Обед 1-4 класс						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	99	1,7	4,1	13,8	1,4
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)	75	75	1,2	3,9	9	0,9
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
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	34	95	2,7	0,7	19,4	1,9
Стоимость рациона	121,76	849	27,7	33	111,2	11,1

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 13.05.26

Согласовано
Директор школы № 733



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	15	99	0,12	10,9	0,2	0,02
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	8	0,4	0,1	1,3	0,1
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	29	81	2,3	0,6	16,6	1,7
Стоимость рациона	101,46	626	13,9	26,7	82,4	8,2
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	99	1,7	4,1	13,8	1,4
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)	75	75	1,2	3,9	9	0,9
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
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	34	95	2,7	0,7	19,4	1,9
Стоимость рациона	121,76	849	27,7	33	111,2	11,1
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1 шт	270	6,5	6,5	86,0	8,6
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	293	6,8	6,6	91,3	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 13.05.26

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 сливочное	15	99	0,12	10,9	0,2	0,02
Плов из индейки	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	101,46	654	15,8	30,4	79,2	7,9
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
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
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	34	95	2,7	0,7	19,4	1,7
Стоимость рациона	121,76	785	27,5	28,2	105,4	10,3
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	293	6,8	6,6	91,3	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.

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Холодные блюда							
Масло сливочное	15,65	15	99	0,12	10,9	0,2	0,02
Первые блюда							
Рассольник Ленинградский с зеленью	14,09	250	124	2,1	5,1	17,3	1,7
Вторые блюда							
Плов из индейки	70,2	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Котлета рыбная	52,84	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Гарниры							
Пюре картофельное	25,36	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	16,59	75	75	1,2	3,9	9	0,9
Помидоры свежие (доп. гарнир)	10,52	35	8	0,4	0,1	1,3	0,1
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 ягод	15,18	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Кофейный напиток быстрорастворимый	10,63	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
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	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
Малышева Г.А.

С.А.А.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.