

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.05.26

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						
Макароны с сыром	185	295	11,3	14,8	29	2,9
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,7
Стоимость рациона	101,46	607	21,4	19,6	85,8	8,5
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	4	0,2	0	0,8	0,08
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	2,0
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	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
Стоимость рациона	121,76	843	37,5	24	118,9	11,9

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 14.05.26

Согласовано
Директор школы № 132



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Макароны с сыром	185	295	11,3	14,8	29	2,9
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,7
Стоимость рациона	101,46	607	21,4	19,6	85,8	8,5
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом,зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	4	0,2	0	0,8	0,08
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	2,0
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	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
Стоимость рациона	121,76	843	37,5	24	118,9	11,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,3
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	353	4,8	11,6	57,8	5,8

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 14.05.26

Согласовано
Директор школы № 13



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
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	34	95	2,7	0,7	19,4	1,9
Стоимость рациона	101,46	549	17,9	24,4	64,2	6,4
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	55	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	28	78	2,2	0,6	16	1,6
Стоимость рациона	121,76	722	36,3	22,7	93,4	9,3
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1 шт	330	4,5	11,5	52,5	5,3
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	353	4,8	11,6	57,8	5,8

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.

Меню учителя на 14 МАЯ 2026 г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	9,63	250	120	7,7	7,0	7,2	0,7
Вторые блюда							
Макароны с сыром	40,08	185	295	11,3	14,8	29,0	2,9
Наггетсы "Классические"	86,91	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Гуляш из говядины	60,52	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Гарниры							
Вермишель отварная	11,8	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Рис отварной	16,37	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	7,54	30	4	0,2	0	0,8	0,08
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
Чай с лимоном	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0,0	28	2,8
Напиток из шиповника	7,60	200	84	0,7	0,3	19,6	2
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.

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.