

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.03.26

Согласовано
Директор школы № 133В



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, 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	150/35	455	26,1	20,6	41,4	4,1
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
Стоимость рациона	96,63	655	28,6	28,9	70,5	7
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гречками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,6
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
П е ч е н ь е 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	46	129	3,7	0,9	26,3	2,6
Стоимость рациона	115,96	707	20,2	19,9	112,1	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

HA 16.03.26

Согласовано
Директор школы №

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	150/35	455	26,1	20,6	41,4	4,1
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
Стоимость рациона	96,63	655	28,6	28,9	70,5	7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гренками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,6
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
П е ч е н ь е 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	46	129	3,7	0,9	26,3	2,6
Стоимость рациона	115,96	707	20,2	19,9	112,1	11,2
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	351	4,7	11,6	57,5	5,7

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.

Blank

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.03.26

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	542	22	17,5	73,8	5,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Плов из говядины	200	289	12	11,7	33,8	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	508	17,8	16,9	71,3	7,13
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 сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	351	4,7	11,6	57,5	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.

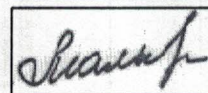
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	703	0,1	0,01
Суп сырнй с грёнками,зеленью	23,29	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Вторые блюда							
Плов из говядины	88,99	200	289	12,0	11,7	33,8	3,4
Биточки с сыром	80,31	100	213	19,0	11,0	9,4	0,9
Запеканка из творога со сгущённым молоком	77,7	150/35	455	26,1	20,6	41,4	4,1
Гарниры							
Вермишель отварная	11,8	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Икра кабачковая (доп.гарнир)	11,09	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
Постные блюда							
Суп картофельный с зеленью	13,52	250	105	2,2	2,8	14	1,4
Котлета морковная	15,67	100	161	3,3	7,8	16,5	1,6
Вермишель отварная с маслом растительным	5,88	180	220	6,9	6,7	35,4	3,5
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
Сок фруктовый	11,92	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	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.