

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 18.12.25

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						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,1
Каша молочная пшённая с маслом	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100	1 шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	620	20,9	24,4	79	7,9
Обед 1-4 класс						
Суп Минестроне	200	90	2,4	4,2	10,8	1,1
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	140	13,6	8	3,3	0,3
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96	769	27,5	18,8	122	12

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 18.12.25

Согласовано

Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, 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	1,1
Каша молочная пшённая с маслом	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100	1шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	620	20,9	24,4	79	7,9
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп Минестроне	200	90	2,4	4,2	10,8	1,1
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	140	13,6	8	3,3	0,3
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96	769	27,5	18,8	122	12
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба " Майская" 1/100	1шт	340	7,0	5,5	67	6,7
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Стоимость рациона	44,70	398	7,2	5,7	80,9	8,1

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 18.12.25

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)						
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	20	8	0,6	0,04	1,3	0,1
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Батон витаминный с микронутриентами	22	62	1,8	0,4	12,6	1,3
Стоимость рациона	96,63	671	26,6	25,9	83,1	8,3
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп Минестроне	250	113	3	5,2	13,5	1,4
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	140	13,6	8	3,3	0,3
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	35	98	2,8	0,7	20	2
Стоимость рациона	115,96	728	27,7	19,9	109,1	10,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба "Майская" 1/100	100	340	7,0	5,5	67,0	6,7
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Стоимость рациона	44,70	398	7,2	5,7	80,9	8,1

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)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Бутерброд горячий с сыром	31,88	45	173	7,2	11	11,5	1,1
Первые блюда							
Суп Минестроне	27,19	250	113	3	5,2	13,5	1,4
Вторые блюда							
Каша молочная пшённая с маслом	16,22	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Тефтели мясные в соусе томатном	60,32	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	57,42	100	140	13,6	8	3,3	0,3
Гарниры							
Рожки отварные	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,21	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	7,33	20	8	0,6	0,04	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
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0	28	2,8
Какао с молоком	17,31	200	124	3,6	3	20,8	2,1
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
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.

] 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.