133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.05.26

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						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная "Дружба " с маслом	200/5	228	6,2	8,5	31,6	3,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	38	106	3	0,8	21,7	2,2
Стоимость рациона 101,46		*537*	*12,5*	*21,5*	*73,3*	*7,3*
Обед 1-4 класс						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,2
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
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	17	48	1,3	0,3	9,7	0,9
Стоимость рациона 121,76		*686*	*19,9*	*25,3*	*88,3*	*8,8*

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 19.05.26

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)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная "Дружба " с маслом	200/5	228	6,2	8,5	31,6	3,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	38	106	3	0,8	21,7	2,2
Стоимость рациона 101,46		*537*	*12,5*	*21,5*	*73,3*	*7,3*
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,2
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
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	17	48	1,3	0,3	9,7	0,9
Стоимость рациона 121,76		*686*	*19,9*	*25,3*	*88,3*	*8,8*
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100	1шт	400	8,0	9	73,0	7,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	221	124	0,0	0	30,9	3,1
Стоимость рациона 46,94		*524*	*8,0*	*9*	*103,9*	*10,4*

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.05.26

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 шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Котлета рубленная из куриного филе	100	229	20,2	9	16,8	1,7
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Печенье 1/20	1 шт	88	1,6	3,2	13	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	46	129	3,7	0,9	26,3	2,6
Стоимость рациона 101,46		***787***	***30,4***	***30***	***98,3***	***9,8***
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,1
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	40	85	2,9	0,5	17,3	1,7
Стоимость рациона 121,76		***597***	***22,5***	***19,9***	***78,8***	***7,8***
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком,глазированная 1/100	1шт	400	8	9	73	7,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	221	124	0	0	30,9	3,1
Стоимость рациона 46,94		***524***	***8***	***9***	***103,9***	***10,4***

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.

Меню буфетной продукции на 19 М А Я 2026 г

Согласовано
Директор школы № 133

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	**19,8**	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Первые блюда							
Суп куриный с зеленью	**20,28**	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Вторые блюда							
Гуляш из говядины	**78,04**	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Котлета рубленная из куриного филе	**48,41**	100	229	20,2	9,0	16,8	1,6
Каша молочная "Дружба " с маслом	**21,36**	200/5	228	6,2	8,5	31,6	3,2
Гарниры							
Рис отварной	**16,37**	180	220	20,2	9	16,8	1,7
Рожки отварные	**11,8**	180	2123	6,5	5,7	33,5	3,4
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
Компот из яблок	**7,50**	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
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	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.