

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.12.25

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 шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микроэлементами	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона	96,63	483	21,1	24,1	43,6	4,3
Обед 1-4 класс						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Макаронник с мясом	150	300	15,9	13,1	29,5	3
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	25	81	2,6	1,3	15	1,5
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
Стоимость рациона	115,96	743	29,7	21,9	107,6	10,8

Инженер-технолог

Горячкина НН

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 19.12.25

Согласовано
Директор школы № 133



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
Ботлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микроэлементами	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона	96,63	483	21,1	24,1	43,6	4,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Макароник с мясом	150	300	15,9	13,1	29,5	3
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	25	81	2,6	1,3	15	1,5
Яблоко	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
Стоимость рациона	115,96	743	29,7	21,9	107,6	10,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Стоимость рациона	44,70	406	8,2	7,1	76	7,6

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 19.12.25

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)						
Биточки " Школьные "	100	257	16,5	17,1	9,3	0,9
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	52	146	4,2	1	29,7	2,9
Стоимость рациона	96,63	556	24,8	24,5	58,7	5,8
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной,зеленую	260	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Макаронник с мясом	200	399	21	17,6	39,3	3,9
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	39	83	2,8	0,5	16,8	1,7
Стоимость рациона	115,96	602	30,4	24,1	66,9	6,7
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8,0	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Стоимость рациона	44,70	406	8,2	7,1	76	7,6

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*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	42,64	260	99	6,4	5,9	5,8	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная	56,14	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Биточки " Школьные "	59,05	100	257	16,5	17,1	9,3	0,9
Макаронник с мясом	68,16	200	399	21	17,6	39,3	3,9
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	25,37	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	10,19	25	81	2,6	1,3	15	1,5
<i>Напитки</i>							
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	2,87	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Напиток из шиповника	7,60	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
<i>Хлеб</i>							
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.