

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.01.26

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	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,3
Йогурт 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	41	115	3,3	0,8	23,5	2,3
Стоимость рациона	96,63	484	11,2	19,6	65,8	6,6
Обед 1-4 класс						
Бульон с куриным филе , гренокми, зеленью	25/15/200	102	9,5	0,8	14	1,4
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42	1,4	0,2	8,6	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	721	32,8	18,3	105,6	10,6

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 20.01.26

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 (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная "Дружба " с маслом	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,3
Йогурт 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	41	115	3,3	0,8	23,5	2,3
Стоимость рациона	96,63	484	11,2	19,6	65,8	6,6
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе , гренками,зеленью	25/15/200	102	9,5	0,8	14	1,4
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42	1,4	0,2	8,6	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	721	32,8	18,3	105,6	10,6
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой" 1/100	1шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	297	7,5	5,3	55,1	5,5

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 20.01.26

Согласовано
Директор школы № 133

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Блины "Домашние" со сгущённым молоком	168/20	469	11,5	26,4	46,3	4,6
Пюре фруктовое 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	96,63	607	12,2	27	78,8	7,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе, гречкой, зеленью	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	1,4
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	38	106	3	0,8	21,7	2,1
Стоимость рациона	115,96	738	34,8	19	106,8	10,7
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой" 1/100	1шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	297	7,5	5,3	55,1	5,5

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 20 ЯНВАРЯ 2022 г

Согласовано
Директор школы № 133

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, 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							
Бульон с куриным филе, гренокми, зеленью	29,28	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	1,4
Вторые блюда							
Блины " Домашние" со сгущённым молком	52,15	168/20	469	11,5	26,4	46,3	4,6
Биточки домашние	55,68	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Каша молочная " Дружба " с маслом	17,32	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,3
Гарниры							
Вермишель отварная	11,80	180	212	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
Компот из апельсинов	9,74	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
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.