

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.05.26

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						
Оладьи-сэндвичи с варёной сгущёнкой , с маслом	180/10	694	10	30,6	94,6	9,5
Чай с лимоном	200/5	22	0,3	0,1	5,2	0,5
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	101,46	778	10,8	31,2	113,5	11,4
Обед 1-4 класс						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Котлета рыбная с маслом	100/5	283,5	15,3	16,6	18,4	1,8
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
В а ф л и 1/20	1шт	110	0,8	7	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64	2,2	0,6	12,9	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	55	154	4,4	1,1	31,5	3,1
Стоимость рациона	121,76	981,5	29,6	37,9	131	13

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 20.05.26

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 (льготный/ платный)						
Оладьи-сэндвичи с варёной сгущёнкой , с маслом	180/10	694	10	30,6	94,6	9,5
Чай с лимоном	200/5	22	0,3	0,1	5,2	0,5
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	101,46	778	10,8	31,2	113,5	11,4
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Котлета рыбная с маслом	100/5	283,5	15,3	16,6	18,4	1,8
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
В а ф л и 1/20	1шт	110	0,8	7	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64	2,2	0,6	12,9	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	55	154	4,4	1,1	31,5	3,1
Стоимость рациона	121,76	981,5	29,6	37,9	131	13
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	293	6,8	6,6	91,3	9,1

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 20.05.26

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)						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Гуляш из индейки	100	130	7,2	10	2,9	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,5	2,1
Стоимость рациона	101,46	647	20,6	30,5	72,7	7,2
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Котлета рыбная с маслом	100/5	283,5	15,3	16,6	18,4	1,8
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
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	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	121,076	946,5	28,7	36,5	126,2	12,6
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86,0	8,6
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	293	6,8	6,6	91,3	9,1

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.

Меню буфетной продукции на 20 МАЯ 2026 г

Согласовано
Директор школы № 133

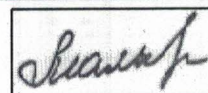
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Холодные блюда							
Масло сливочное	15,65	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	9,78	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Вторые блюда							
Оладьи-сэндвичи с варёной сгущённой	81,75	180	594	9,9	18,9	94,5	9,5
Котлета рыбная	52,84	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Гуляш из индейки	65	100	130	7,2	10,0	2,9	0,2
Гарниры							
Рис отварной	16,37	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,2	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Огурцы свежесрезанные (доп. гарнир)	17,58	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
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 ягод	15,18	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Чай с лимоном	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
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	0,5	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.