

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.25

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
Жаркое из индейки	150	194	7,2	12,1	14	1,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	20	65	2	1	12	1,2
Пюре фруктовое 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	41	110	3,1	0,8	22,6	2,3
Стоимость рациона	96,63	545	12,8	23,3	70,9	7,1
Обед 1-4 класс						
Борщ "Краснодарский " со сметаной,зеленью	205	85	1,5	5,4	7,7	0,8
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0	1,5	0,1
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	22	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	757	26,9	28,7	98,1	9,8

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 21.10.25

Согласовано
Директор школы № 12



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Прочие компоненты
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Жаркое из индейки	150	194	7,2	12,1	14	1,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	20	65	2	1	12	1,2
Пюре фруктовое 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	41	110	3,1	0,8	22,6	2,3
Стоимость рациона	96,63	545	12,8	23,3	70,9	7,1
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ "Краснодарский " со сметаной,зеленью	205	85	1,5	5,4	7,7	0,8
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0	1,5	0,1
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	22	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	757	26,9	28,7	98,1	9,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Хачапури	100	298	12,8	15	27,8	2,8
Напиток из шиповника	213	89	0,7	0,3	20,9	2,1
Стоимость рациона	44,70	387	13,5	15,3	48,7	4,9

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 21.10.25

Согласовано

Директор



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	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционно	15	53	3,5	4,4	0	0
Жаркое из индейки	200	256	9,5	16,2	18,2	1,8
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	37	104	2,9	0,7	21,1	2,1
Стоимость рациона	96,63	502	16,3	28,7	44,6	4,4
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ "Краснодарский " со сметаной,зеленью	255	105	1,8	6,5	9,6	0,9
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	25	5	0,3	0,1	1	0,1
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	684	26,4	24,5	89,4	8,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Хачапури	100	298	12,8	15	27,8	2,8
Напиток из шиповника	213	89	0,7	0,3	20,9	2,1
Стоимость рациона	44,70	387	13,5	15,3	48,7	4,9

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)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Хлебные единицы
Холодные блюда							
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Масло сливочное	10,43	10	66	1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	13,81	15	53	3,5	4,4	0	0
Первые блюда							
Борщ " Краснодарский " со сметаной,зеленью	16,26	255	105	1,8	6,5	9,6	0,9
Вторые блюда							
Биточки домашние	56,07	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Жаркое с индейкой	62,82	200	256	9,5	16,2	18,2	1,8
Гарниры							
Вермишель отварная	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	10,95	60	8	0,5	0	1,5	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	5,42	25	5	0,3	0,1	1	0,1
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	8,15	20	65	2	1	12	1,2
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
Чай с лимоном	2,87	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Сок фруктовый	18,60	200	41	0,2	1,0	10,1	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70,0	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.