

133

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.11.25

Согласовано  
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
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	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Батон витаминный с микроэлементами	35	98	2,8	0,7	20	2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>505</b>	<b>21,7</b>	<b>24,3</b>	<b>48,3</b>	<b>4,8</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	0,4	5,9	5,8	0,6
Макаронник с мясом	150	300	15,9	13,1	29,5	2,9
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,1	19,6	1,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	84	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	32	96	2,6	0,6	18,3	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>705</b>	<b>22,4</b>	<b>20,2</b>	<b>93</b>	<b>8,8</b>

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 21.11.25

Согласовано  
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
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	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	35	98	2,8	0,7	20	2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>96,63</b>	<b>505</b>	<b>21,7</b>	<b>24,3</b>	<b>48,3</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
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
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	84	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	32	96	2,6	0,6	18,3	1,8
<b>Стоимость рациона</b>		<b>115,96</b>	<b>705</b>	<b>28,4</b>	<b>20,4</b>	<b>93</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>44,70</b>	<b>406</b>	<b>8,2</b>	<b>7,1</b>	<b>7,6</b>

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 21.11.25

Согласовано  
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>						
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	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	1	27,4	2,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>544</b>	<b>24,4</b>	<b>24,5</b>	<b>56,5</b>	<b>5,7</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	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	42	89	3	0,5	18,1	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>608</b>	<b>30,6</b>	<b>24,1</b>	<b>68,2</b>	<b>6,8</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>						
Плюшка домашняя 1/100	1 шт	357	8,0	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>406</b>	<b>8,2</b>	<b>7,1</b>	<b>76</b>	<b>7,6</b>

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.

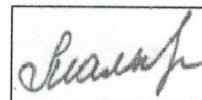
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	42,35	260	99	6,4	5,9	5,8	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная	53,89	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
<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.