

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.10.25

Согласовано
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	15	53	3,5	4,4	0	0
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	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	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	470	13	21,3	56,6	5,7
Обед 1-4 класс						
Суп Минестроне	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51	1,7	0,6	10,4	1,0
Стоимость рациона	115,96	631	26,8	18,2	83,1	8,3

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 23.10.25

Согласовано
Директор школы № 733



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 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
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	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	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	470	13	21,3	56,6	5,7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп Минестроне	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51	1,7	0,6	10,4	1,0
Стоимость рациона	115,96	631	26,8	18,2	83,1	8,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Маковый рулетик посыпной	100	301	8,6	10,8	42,3	4,2
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	434	9,7	11,5	72,7	7,2

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 23.10.25

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)						
Блины "Домашние " со сгущённым молоком	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	96,63	627	12,8	27,7	81,5	8,2
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп Минестроне	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64	2,2	0,4	12,9	1,3
Стоимость рациона	115,96	595	26,9	17,6	74,8	7,5
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Маковый рулетик посыпной	100	301	8,6	10,8	42,3	4,2
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	434	9,7	11,5	72,7	7,2

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	Для документов Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	13,81	15	53	3,5	4,4	0	0
Первые блюда							
Суп Минестроне	21,75	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Вторые блюда							
Каша молочная рисовая с маслом	16,76	150/5	163	4,0	6,1	22,8	2,3
Блины "Домашние " со сгущённым молоком	56,77	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Фишболы в сырном соусе	71,81	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Гарниры							
Рожки отварные	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	3,65	20	3	0,2	0,02	0,5	0,1
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 кураги	8,57	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
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	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.