

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.03.26

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						
Сыр плавленый 1/17,5	1 шт	38	1,6	3,1	1,1	0,01
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	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	115	3,3	0,8	23,5	2,3
Стоимость рациона	96,63	514	13,2	16,8	77,6	7,7
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
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Ма н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	54	151	4,3	1,1	30,9	3,1
Стоимость рациона	115,96	748	28	23,3	106,5	10,7

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 24.03.26

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Сыр плавленый 1/17,5	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,01
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
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	115	3,3	0,8	23,5	2,3
Стоимость рациона	96,63	514	13,2	16,8	77,6	7,7
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
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
М а н д а р и н	1шт	42	1	0,2	9	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	54	151	4,3	1,1	30,9	3,1
Стоимость рациона	115,96	748	28	23,3	106,5	10,7
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100	1шт	400	8	9	73	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9	86,2	8,6

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 24.03.26

Согласовано

Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, 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
Плов из индейки	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Чай с лимоном	200	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Печенье 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
Стоимость рациона	96,63	643	15,2	27,9	82,4	8,11
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
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	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона	115,96	806	27,9	30,6	104,7	10,5
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком,гдazированная 1/100	1шт	400	8,0	9	73,0	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9,0	86,2	8,6

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.

Меню учителя на 24 МАРТА 2022 г

Согласовано
Директор школы № 1

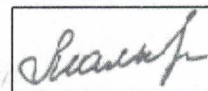
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Сыр плавленый 17,5	21,95	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,01
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Борщ " Краснодарский " со сметаной,зеленью	14,55	255	105	1,8	6,5	9,6	0,9
Вторые блюда							
Биточки домашние	55,68	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Плов из индейки	70,2	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Гарниры							
Вермишель отварная	11,8	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
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	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Сок фруктовый	11,92	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Постные блюда							
Борщ " Краснодарский "с зеленью	12,73	250	83	1,7	4,6	8,8	0,8
Котлета капустная	9,10	100	160	3,6	7,7	10,8	1,1
Вермишель отварная с маслом растительным	5,88	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Рис отварной	7,91	180	232	4,3	3,5	33,6	3,4
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.