

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Пюре яблочное 1/125	1штг	55,0	0,0	0,0	13,8	1,1
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
Стоимость рациона	91,33	532,0	21,5	14,9	76,7	6,3
Обед 1-4 класс						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	112,0	6,8	6,2	7,0	0,6
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
Стоимость рациона	109,60	747,1	33,7	24,3	90,5	7,5

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 06.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Пюре яблочное 1/125	1штг	55,0	0,0	0,0	13,8	1,2
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
Стоимость рациона	91,33	532,0	21,5	14,9	76,7	6,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	112,0	6,8	6,2	7,0	0,6
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
Стоимость рациона	109,60	747,1	33,7	24,3	90,5	7,5
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,6	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
Стоимость рациона	42,25	323,8	8,3	10,8	48,4	4,0

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 06.09.24

Для
 согласования
 Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Митболлы в томатном соусе	100/50	267,0	18,5	16,8	10,4	0,9
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
Стоимость рациона	91,33	611,2	25,5	25,0	71,0	5,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	112,0	6,8	6,2	7,0	0,5
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	28	59,4	2,0	0,3	12,0	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	109,60	724,4	32,8	24,1	86,1	7,1
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,6	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
Стоимость рациона	42,25	323,8	8,3	10,8	48,4	4,0

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 06 СЕНТЯБРЯ 24г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Первые блюда							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	35,41	255	112,0	6,8	6,2	7,0	0,6
Вторые блюда							
Котлета куриная	41,17	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Митболлы в томатном соусе	63,01	100/50	267,0	18,5	16,8	10,4	0,9
Макаронник с мясом	60,78	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Гарниры							
Огурцы свежие (доп.гарнир)	10,88	60	8,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	13,59	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Рис отварной	17,47	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Напитки							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,67	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Чай с лимоном	3,49	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб							
Хлеб полезный с микроэлементами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог
Горячкина Н.Н.

Калькулято
р
Мальшева 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.