

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.09.24



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	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Пудинг "Лакомка" со сгущенным молоком	150/30	401,0	16,3	11,9	57,3	4,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Я б л о к о	1штг	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	41	115,0	3,3	0,8	23,5	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>682,0</b>	<b>20,5</b>	<b>19,5</b>	<b>106,0</b>	<b>8,8</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>778,1</b>	<b>28,7</b>	<b>23,6</b>	<b>112,5</b>	<b>9,4</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,7	3,0	2,8	9,6	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>323,7</b>	<b>8,3</b>	<b>10,8</b>	<b>48,4</b>	<b>4,0</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Пудинг "Лакомка" со сгущенным молоком	150/30	401,0	16,3	11,9	57,3	4,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	41	115,0	3,3	0,8	23,5	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>682,0</b>	<b>20,5</b>	<b>19,5</b>	<b>106,0</b>	<b>8,8</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>778,1</b>	<b>28,7</b>	<b>23,6</b>	<b>112,5</b>	<b>9,4</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшова ГА

\* - 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 30.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>						
Пудинг "Лакомка" со сгущенным молоком	200/25	486,0	20,9	14,3	68,6	5,7
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>599,0</b>	<b>23,2</b>	<b>14,9</b>	<b>93,2</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	3,6
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>776,6</b>	<b>28,7</b>	<b>24,7</b>	<b>109,8</b>	<b>9,1</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>						
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Пицца сырная	100	353,0	14,4	17,1	35,3	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>457,0</b>	<b>15,1</b>	<b>17,4</b>	<b>59,9</b>	<b>5,0</b>

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 30 СЕНТЯБРЯ 24г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло шоколадное	9,75	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
<b>Первые блюда</b>							
Суп сырный с гречками, зеленью	27,03	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
<b>Вторые блюда</b>							
Пудинг " Лакомка" со сгущенным молоком	67,68	150/30	401,0	16,3	11,9	57,3	4,8
Гуляш из говядины	55,21	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
<b>Гарниры</b>							
Каша гречневая рассыпчатая	12,30	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	14,72	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
<b>Напитки</b>							
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
Компот из яблок	6,84	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Чай с лимоном	3,49	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	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.