

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.12.24



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 сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Сыр порционно	18	64,0	4,1	5,2	0,0	0,0
Омлет натуральный	150	198,0	13,8	14,4	3,4	0,3
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
М а н д а р и н	1штг	37,0	0,8	0,2	7,9	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	46	129,0	3,7	0,9	26,3	2,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>570,0</b>	<b>22,8</b>	<b>31,7</b>	<b>48,1</b>	<b>4,8</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	65	63,0	1,0	3,3	7,3	0,7
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	26	64,0	1,9	0,3	11,2	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>641,0</b>	<b>25,6</b>	<b>17,3</b>	<b>93,3</b>	<b>9,3</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Булочка обышная с творогом	70	194,0	8,2	7,2	24,0	2,4
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>350,0</b>	<b>13,8</b>	<b>12,2</b>	<b>46,0</b>	<b>4,6</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.12.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Сыр порционнo	18	64,0	4,1	5,2	0,0	0,0
Омлет натуральный	150	198,0	13,8	14,4	3,4	0,3
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
М а н д а р и н	1штг	37,0	0,8	0,2	7,9	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	46	129,0	3,7	0,9	26,3	2,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>570,0</b>	<b>22,8</b>	<b>31,7</b>	<b>48,1</b>	<b>4,8</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Бульон с куриным филе, грenками, зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	65	63,0	1,0	3,3	7,3	0,7
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	26	64,0	1,9	0,3	11,2	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>641,0</b>	<b>25,6</b>	<b>17,3</b>	<b>93,3</b>	<b>9,3</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 04.12.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнно	13	47,0	3,0	3,8	0,0	0,0
Омлет натуральный	200	265,0	18,5	19,2	4,6	0,5
Горошек зелёный консервированный ( доп.гарнир)	25	10,0	0,8	0,05	1,6	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	42	118,0	3,4	0,8	24,0	2,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>549,0</b>	<b>26,1</b>	<b>31,3</b>	<b>40,6</b>	<b>4,1</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>						
бульон с куриным филе,гренками,зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>553,0</b>	<b>24,1</b>	<b>13,9</b>	<b>82,7</b>	<b>8,3</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>						
Булочка обышная с творогом	70	194,0	8,2	7,2	24,0	2,4
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>350,0</b>	<b>13,8</b>	<b>12,2</b>	<b>46,0</b>	<b>4,6</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*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло сливочное	11,75	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционнно	7,66	10	35,0	2,3	2,9	0,0	0,0
<b>Первые блюда</b>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	26,71	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,4
<b>Вторые блюда</b>							
Омлет натуральный	38,27	150	198,0	13,8	14,4	3,4	0,3
Жаркое по-домашнему	69,88	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
<b>Гарниры</b>							
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	12,20	65	63,0	1,0	3,3	7,3	0,7
Горошек зелёный консервированный ( доп.гарнир)	9,18	25	10,0	0,8	0,05	1,6	0,2
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
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	1,0
Напиток из шиповника	8,70	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

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.