

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.01.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Курица с булгуром	200	305,0	13,6	10,0	40,2	4,0
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	46	129,0	3,7	0,9	26,2	2,6
Стоимость рациона	91,33	657,0	21,0	24,8	87,4	8,7
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	270	107,0	4,0	5,7	10,0	1,0
Котлета рыбная	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,5
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,5
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
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
Стоимость рациона	109,60	626,0	24,8	23,5	79,0	7,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Х а ч а п у р и	70	227,0	9,0	10,6	19,5	1,9
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Стоимость рациона	42,25	276,0	9,2	10,7	31,5	3,1

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 16.01.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Каша молочная "Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Кисломолочный продукт " Б и о л а к т " 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	118,0	3,4	0,8	24,0	2,4
Стоимость рациона	91,33	644,0	16,1	26,4	84,6	8,5
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем,говядиной тушеной, сметаной,зеленью	270	107,0	4,0	5,7	10,0	1,0
Котлета рыбная	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,5
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64,0	2,2	0,4	12,9	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	42	118,0	3,4	0,8	24,0	2,4
Стоимость рациона	109,60	663,0	25,9	22,8	88,4	8,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Печенье " Двойная радость " 1/50	1шт	235,0	2,5	11,0	31,5	3,2
Стоимость рациона	42,25	284,0	2,7	11,1	43,5	4,4

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

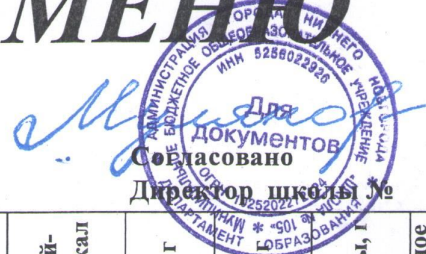
Калькулятор

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 16.01.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Каша молочная "Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон витаминный с микроэлементами	42	118,0	3,4	0,8	24,0	2,4
Стоимость рациона	91,33	644,0	16,1	26,4	84,6	8,5
Обед 1-4 класс						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	270	107,0	4,0	5,7	10,0	1,0
Котлета рыбная	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,5
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микроэлементами	30	64,0	2,2	0,4	12,9	1,3
Батон витаминный с микроэлементами	42	118,0	3,4	0,8	24,0	2,4
Стоимость рациона	109,60	663,0	25,9	22,8	88,4	8,8

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 16 ЯНВАРЯ 25 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	17,42	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	24,32	270	107,0	4,0	5,7	10,0	1,0
Вторые блюда							
Каша молочная " Дружба" с маслом	23,14	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Котлета рыбная	53,92	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,5
Курица с булгуром	48,88	200	305,0	13,6	10,0	40,2	4,0
Гарниры							
Пюре картофельное	34,34	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,5
Напитки							
Чай с сахаром	1,71	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
Какао с молоком	17,65	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Компот из яблок	7,23	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,02	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

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.