

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.01.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
Вермишель молочная	200	170,0	7,0	5,3	23,4	2,3
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	32	77,0	2,3	0,7	16,0	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>593,0</b>	<b>20,5</b>	<b>20,4</b>	<b>82,5</b>	<b>8,2</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>						
Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>798,0</b>	<b>32,9</b>	<b>26,3</b>	<b>100,9</b>	<b>10,1</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>						
Маковый рулетик посыпной	80	241,0	7,0	8,7	33,9	3,4
Сок фруктовый	204	92,0	0,0	0,0	22,8	2,3
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>382,0</b>	<b>7,4</b>	<b>9,1</b>	<b>67,5</b>	<b>6,7</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 22.01.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
Вермишель молочная	200	170,0	7,0	5,3	23,4	2,3
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	32	77,0	2,3	0,7	16,0	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>593,0</b>	<b>20,5</b>	<b>20,4</b>	<b>82,5</b>	<b>8,2</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>798,0</b>	<b>32,9</b>	<b>26,3</b>	<b>100,9</b>	<b>10,1</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 22.01.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Тефтели мясные в соусе	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Вермишель отварная	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>628,0</b>	<b>22,4</b>	<b>23,1</b>	<b>83,1</b>	<b>8,3</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Борщ "Сибирский" с говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>848,0</b>	<b>34,6</b>	<b>27,8</b>	<b>108,4</b>	<b>10,8</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Маковый рулетик посыпной	80	241,0	7,0	8,7	33,9	3,4
Сок фруктовый	204	92,0	0,0	0,0	22,8	2,3
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>382,0</b>	<b>7,4</b>	<b>9,1</b>	<b>67,5</b>	<b>6,7</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.

Меню учителя на 22 ЯНВАРЯ 25 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Бутерброд горячий с сыром	38,71	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
<i>Первые блюда</i>							
Борщ " Сибирский "с говядиной тушеной , сметаной, зеленью	28,97	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
<i>Вторые блюда</i>							
Биточки домашние	64,79	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Тефтели мясные в соусе	69,92	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Вермишель молочная	26,19	200	170,0	7,0	5,3	23,4	2,3
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	15,20	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Вермишель отварная	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
<i>Напитки</i>							
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
Напиток из шиповника	8,72	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Компот из кураги	7,73	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	4,56	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

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.