

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.01.25



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	0,5
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	45	108,0	3,2	1,1	11,2	1,1
Стоимость рациона	91,33	610,0	21,9	15,7	83,7	8,4
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами,зеленью	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Чевапчичи в томатном соусе	100/50	267,0	18,5	16,9	10,5	1,1
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с лимоном	200/5	42,0	0,2	0,1	10,2	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	21	45,0	1,5	0,3	9,1	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	22	53,0	1,5	0,6	11,0	1,1
Стоимость рациона	109,60	724,0	31,7	28,5	85,9	8,6
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,9
Сдоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	3,0
Стоимость рациона	42,25	285,0	10,1	9,7	39,3	3,9

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 24.01.25



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	0,5
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	45	108,0	3,2	1,1	11,2	1,1
Стоимость рациона	91,33	610,0	21,9	15,7	83,7	8,4
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами,зеленью	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Чевапчичи в томатном соусе	100/50	267,0	18,5	16,9	10,5	1,1
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с лимоном	200/5	42,0	0,2	0,1	10,2	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	21	45,0	1,5	0,3	9,1	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	22	53,0	1,5	0,6	11,0	1,1
Стоимость рациона	109,60	724,0	31,7	28,5	85,9	8,6

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 24.01.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Жаркое с курицей	200	207,0	10,5	9,9	18,8	1,9
Икра кабачковая (доп.гарнир)	60	47,0	0,7	2,8	4,6	0,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, обогащенный йодоказеином	36	86,4	2,5	0,9	18,0	1,8
Стоимость рациона	91,33	452,4	13,7	13,6	69,4	6,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами , зеленью	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Чевапчичи в томатном соусе	100/50	267,0	18,5	16,9	10,5	1,1
Вермишель отварная	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с лимоном	200/5	42,0	0,2	0,1	10,2	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42,0	1,4	0,2	8,6	0,8
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	109,60	750,0	32,6	29,1	90,0	9,0
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с яблоками	75	158,0	3,6	4,0	26,8	2,6
Напиток овсяный 0,2	1шт	100,0	2,0	1,0	22,0	2,2
Стоимость рациона	42,25	258,0	5,6	5,0	48,8	4,8

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 24 ЯНВАРЯ 25 г

Согласовано
 Директор школы
 ДОКУМЕНТ
 № 102520/272424
 Жайы, г
 АЗОВАННИ

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Первые блюда							
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	23,61	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Вторые блюда							
Котлета куриная	54,97	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Жаркое с курицей	61,70	200	207,0	10,5	9,9	18,8	1,9
Чевапчичи в томатном соусе	79,83	100/50	267,0	18,5	16,9	10,5	1,1
Гарниры							
Вермишель отварная	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Рис отварной	19,25	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
Икра кабачковая (доп.гарнир)	14,22	60	47,0	0,7	2,8	4,6	0,4
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	0,01
Чай с лимоном	3,04	200/5	42,0	0,2	0,1	10,2	1,0
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,96	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб							
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
 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.