

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.02.25



| Наименование блюда  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>                            |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло сливочное   | 10            | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                 |
| Курица с булгуром   | 200           | 305,0              | 13,6        | 10,0        | 40,2        | 4,0                                  |
| Чай с лимоном   | 200/7         | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 1,0                                  |
| Я б л о к о   | 1шт           | 45,0               | 0,4         | 0,4         | 9,8         | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                                       | 45            | 88,2               | 3,6         | 0,9         | 25,7        | 2,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>91,33</b>  | <b>547,2</b>       | <b>18,0</b> | <b>18,7</b> | <b>86,1</b> | <b>8,6</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>                               |               |                    |             |             |             |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем,говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 270           | 149,0              | 5,5         | 7,9         | 13,9        | 1,4                                  |
| Котлета рыбная  | 100           | 246,0              | 15,3        | 12,5        | 18,4        | 1,8                                  |
| 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                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>109,60</b> | <b>706,0</b>       | <b>28,6</b> | <b>27,7</b> | <b>85,8</b> | <b>8,6</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>                           |               |                    |             |             |             |                                      |
| Маковый рулетик посыпной  | 100           | 301,0              | 8,6         | 10,8        | 42,3        | 4,2                                  |
| Напиток из шиповника  | 200           | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,5                                  |
| Я б л о к о   | 1шт           | 45,0               | 0,4         | 0,4         | 9,8         | 0,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>  | <b>42,25</b>  | <b>450,0</b>       | <b>9,7</b>  | <b>11,5</b> | <b>76,7</b> | <b>7,6</b>                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.02.25



| Наименование блюда   | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                               |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло сливочное  | 10            | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                 |
| Сыр порционно  | 20            | 71,0               | 4,6         | 5,8         | 0,0         | 0,0                                  |
| 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                                  |
| Чай с лимоном  | 200/7         | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 1,0                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами   | 22            | 62,0               | 1,8         | 0,4         | 12,6        | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>91,33</b>  | <b>545,0</b>       | <b>15,8</b> | <b>25,3</b> | <b>62,6</b> | <b>6,2</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                                  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 270           | 149,0              | 5,5         | 7,9         | 13,9        | 1,4                                  |
| Котлета рыбная   | 100           | 246,0              | 15,3        | 12,5        | 18,4        | 1,8                                  |
| 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  | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами   | 36            | 100,0              | 2,8         | 0,8         | 20,6        | 2,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>109,60</b> | <b>714,0</b>       | <b>28,7</b> | <b>26,9</b> | <b>89,7</b> | <b>8,9</b>                           |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>                              |               |                    |             |             |             |                                      |
| Напиток из шиповника   | 200           | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,5                                  |
| Маковый рулетик посыпной   | 100           | 301,0              | 8,6         | 10,8        | 42,3        | 4,2                                  |
| Яблоко   | 1шт           | 45,0               | 0,4         | 0,4         | 9,8         | 0,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>42,25</b>  | <b>450,0</b>       | <b>9,7</b>  | <b>11,5</b> | <b>76,7</b> | <b>7,6</b>                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

Малышева Г.А.



Меню учителя на 06 ФЕВРАЛЯ 25 г



| Наименование блюда   | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>  |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Масло сливочное  | 11,61 | 10        | 66,0               | 0,1      | 7,3     | 0,1         | 0,01                                 |
| Сыр порционно  | 23,40 | 20        | 71,0               | 4,6      | 5,8     | 0           | 0                                    |
| <b>Первые блюда</b>  |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 24,72 | 270       | 149,0              | 5,5      | 7,9     | 13,9        | 1,4                                  |
| <b>Вторые блюда</b>  |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Каша молочная " Дружба" с маслом   | 23,22 | 200/5     | 228,0              | 6,2      | 8,5     | 31,6        | 3,2                                  |
| Котлета рыбная   | 54,99 | 100       | 246,0              | 15,3     | 12,5    | 18,4        | 1,8                                  |
| Курица с булгуром  | 55,75 | 200       | 305,0              | 13,6     | 10,0    | 40,2        | 4,0                                  |
| <b>Гарниры</b>   |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Пюре картофельное  | 34,35 | 180       | 130,0              | 3,8      | 6,3     | 14,5        | 1,5                                  |
| <b>Напитки</b>   |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Чай с сахаром  | 1,46  | 200       | 41,0               | 0,2      | 0,1     | 10,1        | 1,0                                  |
| Чай без сахара   | 0,42  | 200       | 2,0                | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0,0                                  |
| Чай с лимоном  | 3,23  | 200/7     | 43,0               | 0,3      | 0,1     | 10,3        | 1                                    |
| Компот из яблок  | 7,23  | 200       | 58,0               | 0,2      | 0,2     | 13,9        | 1,4                                  |
| <b>Хлеб</b>  |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| 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  
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.