

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.02.25

Согласовано  
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Блиштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Гермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Пюре яблочное 1/125	1шт	55,0	0,0	0,0	13,8	1,4
Батон с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон витаминный с микроэлементами	29	81,0	2,3	0,6	16,6	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>572,0</b>	<b>16,0</b>	<b>19,0</b>	<b>84,3</b>	<b>8,4</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной тушёной, сметаной	260	82,0	3,1	4,2	7,8	0,8
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
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 витаминный с микроэлементами	41	114,0	3,2	0,8	23,5	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>816,0</b>	<b>36,8</b>	<b>28,3</b>	<b>96,2</b>	<b>9,6</b>

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 21.02.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Ириски домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Гермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Пюре яблочное 1/125	1шт	55,0	0,0	0,0	13,8	1,4
Бисквит с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,0	2,3	0,6	16,6	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>572,0</b>	<b>16,0</b>	<b>19,0</b>	<b>84,3</b>	<b>8,4</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной тушёной, сметаной	260	82,0	3,1	4,2	7,8	0,8
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
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 витаминный с микронутриентами	41	114,0	3,2	0,8	23,5	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>816,0</b>	<b>36,8</b>	<b>28,3</b>	<b>96,2</b>	<b>9,6</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Сок фруктовый 0,2	1шт	92,0	0,0	0,0	23,0	2,3
Плюшка с сахаром	100	310,0	6,6	10,0	48,5	4,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>402,0</b>	<b>6,6</b>	<b>10,0</b>	<b>71,5</b>	<b>7,1</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 21.02.25

Директор школы № 10

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
асло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
аркое по-домашнему	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,1
ый с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
итон витаминный с микронутриентами	22	62,0	1,8	0,4	12,5	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>392,0</b>	<b>11,1</b>	<b>18,4</b>	<b>45,3</b>	<b>4,5</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Ди из свежей капусты с картофелем, говядиной тушёной, зеленью	260	82,0	3,1	4,2	7,8	0,8
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
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 витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>807,0</b>	<b>36,3</b>	<b>29,2</b>	<b>92,2</b>	<b>9,2</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Плюшка с сахаром	100	310,0	6,6	10,0	48,5	4,9
Сок фруктовый 0,2	1шт	92,0	0,0	0,0	23,0	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>402,0</b>	<b>6,6</b>	<b>10,0</b>	<b>71,5</b>	<b>7,2</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 21 ФЕВРАЛЯ 25г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло шоколадное	11,63	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
<b>Первые блюда</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной тушёной, зеленью	19,65	260	82,0	3,1	4,2	7,8	0,8
<b>Вторые блюда</b>							
Жаркое по-домашнему	74,85	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,1
Филе куриное панированное	70,07	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
Бифштекс домашний	61,76	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
<b>Гарниры</b>							
Вермишель отварная	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Рис отварной	19,25	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Компот из кураги	9,00	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
<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.

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.