

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.03.25



Согласовано
Директор школы № 2

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Омлет натуральный	150	201,0	13,8	14,7	3,4	0,3
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
М а н д а р и н	1шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	53	149,0	4,2	1,0	30,3	3,0
Стоимость рациона	91,33	587,0	22,7	24,1	69,4	6,9
Обед 1-4 класс						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,6
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	43	120,0	3,4	0,9	24,6	2,5
Стоимость рациона	109,60	705,0	34,8	18,2	100,8	10,0

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 19.03.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белок	Жиры	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Омлет натуральный	150	201,0	13,8	14,7	3,4	0,3
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
М а н д а р и н	1шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	53	149,0	4,2	1,0	30,3	3,0
Стоимость рациона	91,33	587,0	22,7	24,1	69,4	6,9
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,6
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	43	120,0	3,4	0,9	24,6	2,5
Стоимость рациона	109,60	705,0	34,8	18,2	100,8	10,0
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с рисом,яйцом	100	379,0	18,1	19,3	32,9	3,3
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	2,2
Стоимость рациона	42,25	535,0	23,7	24,3	54,9	5,5

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 19.03.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ности ккал	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)					
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	0,2
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0,0
Омлет натуральный	200	269,0	18,5	19,6	0,5
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	2,2
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	1,7
Стоимость рациона	91,33	589,0	27,2	32,7	4,6
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)					
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3
Стоимость рациона	109,60	705,0	35,1	19,3	98,0
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)					
Пирожок печёный сдобный с рисом, яйцом	100	379,0	18,1	19,3	32,9
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156,0	5,6	5,0	22,0
Стоимость рациона	42,25	535,0	23,7	24,3	5,5

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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калории	Жиры	Белки	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	11,63	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Сыр порционнo	17,55	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Первые блюда							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	35,31	30/15/25 0	124,0	12,7	1,0	15,9	1,5
Вторые блюда							
Омлет натуральный	34,97	150	201,0	13,8	14,7	3,4	0,3
Гуляш из говядины	65,11	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	15,20	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	9,98	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Постные блюда							
Суп картофельный с вермишелью, зеленью	16,67	250	119,0	2,7	2,8	16,2	1,6
Каша гречневая рассыпчатая с маслом,сахаром	6,56	150	276,0	7,9	7,11	43,73	4,3
Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным	5,85	150	252,0	8,5	7,3	37,0	3,7
Напитки							
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
Кофейный напиток витаминизированный	11,32	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
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.

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.