

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.04.25

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный / платный)						
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	38	91,0	2,7	1,0	19,0	1,9
Стоимость рациона 91,33		620,0	29,1	21,6	78,3	7,8
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Котлета рыбная	100	246,0	15,3	12,5	18,4	1,8
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
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, обогащенный йодоказеином	37	89,0	2,6	0,9	18,5	1,8
Стоимость рациона 109,60		755,0	36,3	21,2	106,0	10,6
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Напиток из облепихи	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,5
Пирожок печёный сдобный с курагой	100	232,0	6,1	5,2	40,2	4,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона 42,25		341,0	6,5	5,6	66,0	6,6

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 22.04.25

Для
Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	38	91,0	2,7	1,0	19,0	1,9
Стоимость рациона	91,33	620,0	29,1	21,6	78,3	7,8
Обед 1-4 класс						
Бульон с куриным филе,гренками,зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Котлета рыбная	100	246,0	15,3	12,5	18,4	1,8
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
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, обогащенный йодоказеином	37	89,0	2,6	0,9	18,5	1,8
Стоимость рациона	109,60	755,0	36,3	21,2	106,0	10,6

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 22.04.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)						
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
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	47	113,0	3,3	1,1	23,5	2,4
Стоимость рациона	91,33	576,0	17,7	18,9	84,9	8,5
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Котлета рыбная	100	246,0	15,3	12,5	18,4	1,8
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
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, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	109,60	749,0	35,8	22,0	102,7	10,3
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Напиток из облепихи	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,5
Пирожок печёный сдобный с курагой	100	232,0	6,1	5,2	40,2	4,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	42,25	341,0	6,5	5,6	66,0	6,6

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Меню учителя на 22 АПРЕЛЯ 25 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,61	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Бульон с куриным филе, гречками , зеленью	36,17	30/15/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,6
Вторые блюда							
Запеканка из творога со сгущенным молоком	78,13	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
Котлета рыбная	55,31	100	246,0	15,3	12,5	18,4	1,8
Курица с булгуром	53,18	200	305,0	13,6	10,0	40,2	4,0
Гарниры							
Рис отварной	19,25	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
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	0,01
Чай с лимоном	3,23	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Компот из яблок	7,23	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	4,56	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2

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.