

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 08.09.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Пудинг "Лакомка " с вареньем	150/25	366	14,1	9,3	56,4	5,6
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	27	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	571	16,8	16,5	88,7	8,8
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем,зеленью	200	66	1,4	4	6,2	0,6
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	40	112	3,2	0,8	22,9	2,3
Стоимость рациона	115,96	749	26,2	23	109,3	10,9

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 08.09.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Пудинг "Лакомка " с вареньем	150/25	366	14,1	9,3	56,4	5,6
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	27	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	571	16,8	16,5	88,7	8,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем,зеленью	200	66	1,4	4	6,2	0,6
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	40	112	3,2	0,8	22,9	2,3
Стоимость рациона	115,96	749	26,2	23	109,3	10,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с джемом	100	272	4,8	5,2	51,3	5,1
Компот из апельсинов	220	76	0,2	0,1	19,0	1,9
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	397	5,4	5,7	81,1	8,1

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 08.09.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Пудинг "Лакомка " с вареньем	150/25	366	14,1	9,3	56,4	5,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	96,63	578	18	16,5	89,3	8,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	83	1,7	5	7,8	0,8
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	17	48	1,4	0,3	9,7	0,9
Стоимость рациона	115,96	688	24	23,4	95,3	9,5
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с джемом	100	272	4,8	5,2	51,3	5,1
Компот из апельсинов	220	76	0,2	0,1	19,0	1,9
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	397	5,4	5,7	81,1	8,1

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 08 СЕНТЯБРЯ 25 г



Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	13,2	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем ,зеленью	11,16	250	83	1,7	5,0	7,8	0,8
<i>Вторые блюда</i>							
Пудинг " Лакомка " с вареньем	74,30	150/25	366	14,1	9,3	56,4	5,6
Гуляш из говядины	78,32	100	246	8,5	7,3	36,6	3,7
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	13,21	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	13,01	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0,0	28,0	2,8
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	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.