

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.09.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	15	53	3,5	4,4	0	0
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,3
Йогурт 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	470	13	21,3	56,6	5,7
Обед 1-4 класс						
Суп Минестроне	200	90	2,4	4,2	10,8	1,1
Филе куриное панированное	100	296	24	16,7	12,4	1,2
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	20	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	836	37,8	27,1	102,6	10,2

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 25.09.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	15	53	3,5	4,4	0	0
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,3
Йогурт 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	470	13	21,3	56,6	5,7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп Минестроне	200	90	2,4	4,2	10,8	1,1
Филе куриное панированное	100	296	24	16,7	12,4	1,2
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	20	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	836	37,8	27,1	102,6	10,2
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Маковый рулетик посыпной	100	301	8,6	10,8	42,3	4,2
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	434	9,7	11,5	72,7	7,2

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 25.09.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Блины "Домашние " со сгущённым молоком	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Пюре фруктовое 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	96,63	627	12,8	27,7	81,5	8,2
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп Минестроне	250	113	3	5,2	13,5	1,4
Филе куриное панированное	100	296	24	16,7	12,4	1,2
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	55	154	4,4	1,1	31,4	3,1
Стоимость рациона	115,96	914	40,8	29	114,8	11,5
Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)						
Маковый рулетик посыпной	100	301	8,6	10,8	42,3	4,2
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	434	9,7	11,5	72,7	7,2

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 25 СЕНТЯБРЯ 25 г



Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калории	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда						
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,01
Сыр порционнo	13,81	15	53	3,5	4,4	0
Первые блюда						
Суп Минестроне	26,83	250	113	3,0	5,2	1,4
Вторые блюда						
Каша молочная рисовая с маслом	16,76	150/5	163	4,0	6,1	2,3
Блины "Домашние " со сгущённым молоком	56,77	168/30	502	12,2	27,2	5,2
Филе куриное панированное	55,34	100	296	24,0	16,7	1,2
Гарниры						
Рожки отварные	12,61	180	212	6,5	5,7	3,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	13,01	60	14	0,7	1	0,2
Напитки						
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0
Компот из кураги	8,57	200	86	1,1	0,0	1,3
Хлеб						
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53,0	1,8	0,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70,0	2,0	0,5	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.