

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Бутерброд горячий с сыром	50	195	8,5	12,7	11,5	1,2
Каша молочная пшённая с маслом	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100	1шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	614	21,4	25,9	73,2	7,3
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками, зеленью	20/200	137	6,5	4,9	16,9	1,6
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3	0,3
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	21	59	1,7	0,4	12	1,2
Стоимость рациона	115,96	751	30,4	20,1	110,0	11

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 16.10.25

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бутерброд горячий с сыром	50	195	8,5	12,7	11,5	1,2
Каша молочная пшённая с маслом	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100	1шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	614	21,4	25,9	73,2	7,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками, зеленью	20/200	137	6,5	4,9	16,9	1,6
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3	0,3
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	21	59	1,7	0,4	12	1,2
Стоимость рациона	115,96	751	30,4	20,1	110,0	11
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с мясом, рисом	100	277	12,1	13,3	27,1	2,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	298	12,3	13,4	32,1	3,2

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 16.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	49	137	3,9	1,1	28	2,8
Стоимость рациона	96,63	821	31,5	29,5	108	10,8
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками, зеленью	20/250	162	7	5,5	21	2,1
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3	0,3
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
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	15	42	1,2	0,3	8,6	0,8
Стоимость рациона	115,96	745	30,7	21,4	105,1	10,5
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с мясом, рисом	100	277	12,1	13,3	27,1	2,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	298	12,3	13,4	32,1	3,2

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 16 ОКТЯБРЯ 25г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Бутерброд горячий с сыром	36,57	50	195	8,5	12,7	11,5	1,2
Первые блюда							
Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками, зеленью	28,09	20/250	162	7	5,5	21	2,1
Вторые блюда							
Каша молочная пшённая с маслом	16,22	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Тефтели мясные в соусе томатном	60,14	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	59,24	100	156	16,3	7,8	3	0,3
Гарниры							
Рис отварной	16,39	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,21	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Напитки							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5	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	28	2,8
Какао с молоком	14,38	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2	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.