

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.11.25



Наименование блюда		Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 1-4 класс							
Макароны с сыром		180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творожок детский фруктовый "Обнимама" 1/100		1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кофейный напиток быстрорастворимый		200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Батон витаминный с микронутриентами		33	94	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона	96,63		578	23	20,2	75,6	7,5
Обед 1-4 класс							
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью		215	120	4,3	5,3	13,8	1,4
Тефтели мясные в соусе томатном		100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Рис отварной		150	185	3,7	6,3	28,5	2,8
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)		50	163	5,2	2,5	30	3
Компот из апельсинов		200	69	0,2	0,1	17	1,7
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		966	32,2	31,9	138	13,8

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 13.11.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	23	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	528	18,3	23,1	61,7	6,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами, зеленью	265	152	5,6	6,8	17	1,7
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	43	120	3,5	0,9	25,2	2,5
Стоимость рациона	115,96	878	29,3	32,2	118,7	11,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой" 1/100	1 шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	297	7,5	5,3	55,1	5,5

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 13 НОЯБРЯ 25 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами,зеленью	19,03	265	152	5,6	6,8	17	1,7
Вторые блюда							
Макароны с сыром	33,43	180	278	10,2	13,5	29,0	2,9
Тефтели мясные в соусе томатном	60,32	100/50	264	13,8	16,6	15,0	1,5
Гуляш из говядины	60,73	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Гарниры							
Рис отварной	16,39	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Вермишель отварная	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	20,38	50	163	5,2	2,5	30	3
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
Кофейный напиток быстрорастворимый	10,63	200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Компот из апельсинов	9,74	200	69	0,2	0,1	17	1,7
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	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулят
от
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 13.11.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Макароны с сыром	180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творожок детский фруктовый "Обнимама" 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	33	94	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона	96,63	578	23	20,2	75,6	7,5
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами, зеленью	215	120	4,3	5,3	13,8	1,4
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,8
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	50	163	5,2	2,5	30	3
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
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	966	32,2	31,9	138	13,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярморочное с варёной сгущёнкой"1/100	1шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	297	7,5	5,3	55,1	5,5

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.