

Меню учителя на 04 ДЕКАБРЯ 25 г



| Наименование блюда                        | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------------|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                     |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Масло сливочное                           | 10,43 | 10        | 66                 | 0,1      | 7,3     | 0,1         | 0,01                                 |
| <b>Первые блюда</b>                       |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Солянка домашняя со сметаной, зеленью     | 42,64 | 260       | 120                | 7,7      | 7,0     | 7,2         | 0,7                                  |
| <b>Вторые блюда</b>                       |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Печенье по-строгановски                   | 42,47 | 100       | 179                | 13,7     | 10,5    | 7,5         | 0,7                                  |
| Биточки домашние                          | 56,07 | 100       | 198                | 13,8     | 11,3    | 10,1        | 1,0                                  |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком | 73,32 | 150/20    | 369                | 31,7     | 12,6    | 32,2        | 3,2                                  |
| <b>Гарниры</b>                            |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Вермишель отварная                        | 12,61 | 180       | 212                | 6,5      | 5,7     | 33,5        | 3,4                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                | 13,21 | 180       | 296                | 10,2     | 8,8     | 44,1        | 4,4                                  |
| <b>Напитки</b>                            |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| 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                                    |
| Компот из кураги                          | 8,57  | 200       | 86                 | 1,1      | 0,0     | 13,2        | 1,3                                  |
| Кофейный напиток быстрорастворимый        | 10,63 | 200       | 93                 | 2,6      | 1,8     | 16,6        | 1,7                                  |
| Сок фруктовый                             | 18,60 | 200       | 41                 | 0,2      | 0,1     | 10,1        | 1                                    |
| <b>Хлеб</b>                               |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Хлеб полезный с микронутриентами          | 2,64  | 25        | 53                 | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 1,1                                  |
| 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.

*С.А.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 04.12.25

Для  
ДОКУМЕНТОВ  
Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда                              | Выход (г) | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------------|-----------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>  |           |                         |             |             |              |                                               |
| Виточки домашние                                | 100       | 198                     | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1                                             |
| Саха гречневая рассыпчатая                      | 180       | 296                     | 10,2        | 8,8         | 44,1         | 4,4                                           |
| Вафли 1/20                                      | 1шт       | 104                     | 1,4         | 5,8         | 29           | 2,9                                           |
| Софейный напиток быстрорастворимый              | 200       | 93                      | 2,6         | 1,8         | 16,6         | 1,7                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 46        | 129                     | 3,6         | 0,9         | 26,3         | 2,6                                           |
| <b>Стоимость рациона 96,63</b>                  |           | <b>820</b>              | <b>31,6</b> | <b>28,6</b> | <b>126,1</b> | <b>12,6</b>                                   |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |           |                         |             |             |              |                                               |
| Солянка домашняя со сметаной, зеленью           | 260       | 120                     | 7,7         | 7           | 7,2          | 0,7                                           |
| Ечень по-строгановски                           | 100       | 179                     | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                              | 180       | 212                     | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,4                                           |
| Чай с сахаром                                   | 200       | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Секс для детского питания 1/28                  | 1шт       | 124                     | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 1,6                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 24        | 51                      | 1,7         | 0,3         | 10,3         | 1                                             |
| <b>Стоимость рациона 115,96</b>                 |           | <b>707</b>              | <b>31,5</b> | <b>29,8</b> | <b>79,2</b>  | <b>7,9</b>                                    |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |           |                         |             |             |              |                                               |
| Нижегородская сдоба с маком , глазированная     | 100       | 400                     | 8,0         | 9           | 73,0         | 7,3                                           |
| Компот из кураги                                | 200       | 86                      | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                           |
| <b>Стоимость рациона 44,70</b>                  |           | <b>486</b>              | <b>9,1</b>  | <b>9</b>    | <b>86,2</b>  | <b>8,6</b>                                    |

Инженер-технолог

Горюшкина Н Н

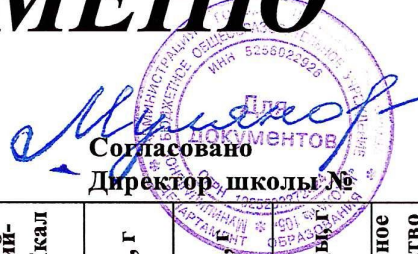
Калькулятор

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 04.12.25



| Наименование блюда                        | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло сливочное                           | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                 |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком | 150/20        | 369                | 31,7        | 12,6        | 32,2         | 3,2                                  |
| Я б л о к о                               | 1шт           | 62                 | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                  |
| Чай с сахаром                             | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 24            | 67                 | 1,9         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>96,63</b>  | <b>585</b>         | <b>34,4</b> | <b>21</b>   | <b>64,7</b>  | <b>6,5</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Солянка домашняя со сметаной, зеленью     | 210           | 99                 | 6,4         | 5,9         | 5,8          | 0,6                                  |
| Печень по-строгановски                    | 100           | 179                | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                  |
| Вермишель отварная                        | 150           | 178                | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Сок фруктовый                             | 200           | 41                 | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1                                    |
| Кекс для детского питания 1/28            | 1шт           | 124                | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 1,6                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами          | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 39            | 109                | 3,1         | 0,8         | 22,3         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>115,96</b> | <b>783</b>         | <b>32,3</b> | <b>28,7</b> | <b>100,1</b> | <b>10</b>                            |

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 04.12.25



| Наименование блюда                             | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|------------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло сливочное                                | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком      | 150/20        | 369                     | 31,7        | 12,6        | 32,2         | 3,2                                           |
| Я б л о к о                                    | 1шт           | 62                      | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 24            | 67                      | 1,9         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>585</b>              | <b>34,4</b> | <b>21</b>   | <b>64,7</b>  | <b>6,5</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Солянка домашняя со сметаной,зеленью           | 210           | 99                      | 6,4         | 5,9         | 5,8          | 0,6                                           |
| Печень по-строгановски                         | 100           | 179                     | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                             | 150           | 178                     | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                           |
| Сок фруктовый                                  | 200           | 41                      | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1                                             |
| Кекс для детского питания 1/28                 | 1шт           | 124                     | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 1,6                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 39            | 109                     | 3,1         | 0,8         | 22,3         | 2,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>783</b>              | <b>32,3</b> | <b>28,7</b> | <b>100,1</b> | <b>10</b>                                     |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| Нижегородская сдоба с маком, глазированная     | 100           | 400                     | 8           | 9           | 73           | 7,3                                           |
| Компот из кураги                               | 200           | 86                      | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>44,70</b>  | <b>486</b>              | <b>9,1</b>  | <b>9</b>    | <b>86,2</b>  | <b>8,6</b>                                    |

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.