

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.12.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность Ккал/100г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Сыр плавленый 1/17,5	1 шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	585	15,6	19,5	86,9	8,7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ "Краснодарский " со сметаной, зеленью	205	85	1,5	5,4	7,7	0,8
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	52	146	4,2	1	29,7	2,9
Стоимость рациона	115,96	814	27,7	23,1	123,2	12,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100	1 шт	400	8	9	73	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9	86,2	8,6

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 23.12.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, ккал	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс					
Сыр плавленый 1/17,5	1 шт	38	1,6	3,1	0,1
Плов из индейки	150	283	8	12,8	3,4
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	1,4
Какао с молоком	200	124	3,6	3	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	1,7
Стоимость рациона	96,63	585	15,6	19,5	8,7
Обед 1-4 класс					
Борщ "Краснодарский " со сметаной, зеленью	205	85	1,5	5,4	0,8
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	1
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	2,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	2,8
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	52	146	4,2	1	2,9
Стоимость рациона	115,96	814	27,7	23,1	12,3

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 23.12.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность	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
Плов из индейки	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона	96,63	602	13,7	25,5	79,2	7,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ "Краснодарский " со сметаной,зеленью	255	105	1,8	6,5	9,6	0,9
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	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	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	115,96	828	27,7	30,6	110,4	11
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком,глазирванная 1/100	1 шт	400	8,0	9	73,0	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9	86,2	8,6

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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Средний расход (г)	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Холодные блюда						
Масло сливочное	10,43	10	66	1	7,3	0,01
Сыр плавленый порционно 1/17,5	21,95	1шт	38	1,6	3,1	0,1
Первые блюда						
Борщ " Краснодарский " со сметаной, зеленью	15,85	255	105	1,8	6,5	0,9
Вторые блюда						
Биточки домашние	56,07	100	198	13,8	11,3	1
Плов из индейки	57,95	200	378	10,7	17,1	4,5
Гарниры						
Вермишель отварная	12,61	180	212	6,5	5,7	3,4
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
Чай с лимоном	2,87	200/7	23	0,3	0,1	0,5
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0,0	2,8
Компот из апельсинов	9,74	200	69	0,2	0,1	1,7
Какао с молоком	14,38	200	124	3,6	3,0	2,1
Хлеб						
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2	0,5	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

в
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.