

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.02.26



| Наименование блюда                               | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>    |               |                    |             |             |              |                                      |
| Сыр плавленый 17,5                               | 1шт           | 38                 | 1,6         | 3,1         | 1,1          | 0,1                                  |
| Бифштекс домашний                                | 90            | 217                | 8,1         | 13,4        | 15,9         | 1,6                                  |
| Пюре картофельное                                | 180           | 130                | 3,8         | 6,3         | 14,5         | 1,5                                  |
| Чай с сахаром                                    | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами              | 44            | 123                | 3,5         | 0,9         | 25,2         | 2,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>96,63</b>  | <b>529</b>         | <b>17,2</b> | <b>23,8</b> | <b>61,7</b>  | <b>6,2</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>       |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп картофельный с горохом, зеленью              | 200           | 122                | 4,7         | 4,4         | 15,7         | 1,6                                  |
| Наггетсы "Классические "                         | 100           | 217                | 22,2        | 8,9         | 12,2         | 1,2                                  |
| Рожки отварные                                   | 150           | 178                | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Печенье 1/20                                     | 1шт           | 86                 | 1,5         | 2,8         | 13,6         | 1,4                                  |
| Сок фруктовый                                    | 200           | 41                 | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                 | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами              | 26            | 73                 | 2,1         | 0,5         | 14,9         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>115,96</b> | <b>770</b>         | <b>37,9</b> | <b>21,9</b> | <b>105,2</b> | <b>10,5</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>   |               |                    |             |             |              |                                      |
| Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100 | 1шт           | 400                | 8,0         | 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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.02.26



| Наименование блюда                  | Выход (г)     | Калорийность | Белки       | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------|---------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>            |               |              |             |             |              |                                      |
| Сыр плавленый 17,5                  | 1шт           | 38           | 1,6         | 3,1         | 1,1          | 0,1                                  |
| Бифштекс домашний                   | 90            | 217          | 8,1         | 13,4        | 15,9         | 1,6                                  |
| Пюре картофельное                   | 180           | 130          | 3,8         | 6,3         | 14,5         | 1,5                                  |
| Чай с сахаром                       | 200           | 21           | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами | 44            | 123          | 3,5         | 0,9         | 25,2         | 2,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>96,63</b>  | <b>529</b>   | <b>17,2</b> | <b>23,8</b> | <b>61,7</b>  | <b>6,2</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>               |               |              |             |             |              |                                      |
| Суп картофельный с горохом, зеленью | 200           | 122          | 4,7         | 4,4         | 15,7         | 1,6                                  |
| Наггетсы "Классические "            | 100           | 217          | 22,2        | 8,9         | 12,2         | 1,2                                  |
| Рожки отварные                      | 150           | 178          | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Печенье 1/20                        | 1шт           | 86           | 1,5         | 2,8         | 13,6         | 1,4                                  |
| Сок фруктовый                       | 200           | 41           | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25            | 53           | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами | 26            | 73           | 2,1         | 0,5         | 14,9         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>115,96</b> | <b>770</b>   | <b>37,9</b> | <b>21,9</b> | <b>105,2</b> | <b>10,5</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 13.02.26



| Наименование блюда                               | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло сливочное                                  | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                 |
| Биточки домашние                                 | 100           | 198                | 13,8        | 11,3        | 10,1        | 1                                    |
| Пюре картофельное                                | 180           | 130                | 3,8         | 6,3         | 14,5        | 1,5                                  |
| Чай с сахаром                                    | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами              | 23            | 64                 | 1,8         | 0,5         | 13,2        | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>96,63</b>  | <b>479</b>         | <b>19,7</b> | <b>25,5</b> | <b>42,9</b> | <b>4,3</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>       |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп картофельный с горохом, зеленью              | 250           | 131                | 5,5         | 5,3         | 15,3        | 1,5                                  |
| Наггетсы" Классические"                          | 100           | 217                | 22,2        | 8,9         | 12,2        | 1,2                                  |
| Рожки отварные                                   | 180           | 212                | 6,5         | 5,7         | 33,5        | 3,3                                  |
| Чай с сахаром                                    | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                 | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами              | 22            | 62                 | 1,8         | 0,4         | 12,6        | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>115,96</b> | <b>696</b>         | <b>38</b>   | <b>20,7</b> | <b>89,4</b> | <b>8,9</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>   |               |                    |             |             |             |                                      |
| Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100 | 1 шт          | 400                | 8,0         | 9           | 73,0        | 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

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 ФЕВРАЛЯ 2022 г.



| Наименование блюда                  | Цена  | Выход (г) | Калорийность | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------|-------|-----------|--------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>               |       |           |              |          |         |             |                                      |
| Сыр плавленый 1/17,5                | 21,95 | 1 шт      | 18           | 1,6      | 3,1     | 1,1         | 0,1                                  |
| Масло сливочное                     | 10,43 | 10        | 66           | 0,1      | 7,3     | 0,1         | 0,01                                 |
| <b>Первые блюда</b>                 |       |           |              |          |         |             |                                      |
| Суп картофельный с горохом, зеленью | 9,63  | 250       | 131          | 5,5      | 5,3     | 15,3        | 1,5                                  |
| <b>Вторые блюда</b>                 |       |           |              |          |         |             |                                      |
| Бифштекс домашний                   | 52,67 | 90        | 217          | 8,1      | 13,4    | 15,9        | 1,6                                  |
| Наггетсы "Классические "            | 86,91 | 100       | 217          | 22,2     | 8,9     | 12,2        | 1,2                                  |
| Биточки домашние                    | 55,68 | 100       | 198          | 13,8     | 11,3    | 10,1        | 1                                    |
| <b>Гарниры</b>                      |       |           |              |          |         |             |                                      |
| Пюре картофельное                   | 25,36 | 180       | 130          | 3,8      | 6,3     | 14,5        | 1,4                                  |
| Рожки отварные                      | 11,8  | 180       | 212          | 6,5      | 5,7     | 33,5        | 3,4                                  |
| <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                                    |
| Сок фруктовый                       | 11,92 | 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                                    |
| Батон витаминный с микронутриентами | 4,56  | 25        | 70           | 2        | 0,5     | 14,3        | 1,4                                  |

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор  
Малышева Г.А.

*С.М.М.*

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.