

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.01.26



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	96,63		490	10,8	19,2	68,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гренками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,1
Ёжики "Аппетитные"	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96		746	23,9	24,5	107,5
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба "Аппетитная" с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70		291	6,7	6,6	91

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 14.01.26



Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 5-11 кл (льготный/платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,10	6,20	2,20	0,20
Гуляш из говядины	100	121,0	8,20	8,60	2,80	0,30
Рис отварной	180	220,0	4,40	7,50	33,70	3,40
Чай с лимоном	200/7	23,0	0,30	0,10	5,20	0,50
Батон витаминный с микронутриентами	20	56,0	1,60	0,40	11,40	1,00
<i>Стоимость рациона: 96,63</i>		485,0	14,60	22,8	55,3	5,40
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	164,0	4,30	5,80	23,7	2,40
Ёжики "Аппетитные"	100/50	202,0	11,30	11,80	12,9	1,30
Пюре картофельное	180	130,0	3,80	6,30	14,5	1,40
Напиток из шиповника	200	84,0	0,70	0,30	19,6	1,90
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,8	1,80	0,30	11,3	0,90
Батон витаминный с микронутриентами	27	75,6	2,20	0,50	15,4	1,30
<i>Стоимость рациона: 115,96</i>		709,4	24,1	25,0	97,4	9,2
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,0	0,50
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	200	270,0	6,50	6,50	86,0	8,60
<i>Стоимость рациона: 44,70</i>		291,0	6,7	6,6	91,0	9,1

Инженер-
технолог

Калькулятор

Горячкина
Н.Н.

Косолапова.В.Ф

* - 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.