

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.01.26



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
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Вафли 1/20	1шт	104	1,4	5,8	29	2,9
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	96,63		692	23,8	30,3	96,9
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,5
Макаронник с мясом	150	300	15,9	13,1	29,5	3
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	25	81	2,6	1,3	15	1,5
Яблоко	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
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	1,5
Стоимость рациона	115,96		754	30,4	21,6	102,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Стоимость рациона	44,70		406	8,2	7,1	76

Инженер-технолог

Горячко 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 30.01.26

**Согласовано
Директор школы № 108**



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 кл (льготный/платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,10	7,30	0,10	0,00
Биточки "Школьные"	100	257,0	16,50	17,10	9,30	0,90
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	48	134,4	3,80	1,00	27,40	2,30
<i>Стоимость рациона: 96,63</i>		634,4	25,00	25,7	75,6	7,10
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	99,0	6,40	5,90	5,8	0,60
Макаронник с мясом	200	399,0	21,00	17,60	39,3	3,90
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,0	0,50
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,8	1,80	0,30	11,3	1,10
Батон витаминный с микронутриентами	19	53,2	1,50	0,40	10,8	1,10
<i>Стоимость рациона: 115,96</i>		626,0	30,9	24,3	72,2	7,2
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Компот из ягод	200	49,0	0,20	0,10	12,0	1,20
Плюшка домашняя	100	357,0	8,00	7,00	64,0	6,40
<i>Стоимость рациона: 44,70</i>		406,0	8,2	7,1	76,0	7,6

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.