

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.10.25

Согласовано: 
Директор школы № 13

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	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
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	140	13,6	8	3,3	0,3
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	20	65	2	1	12	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	582	22,3	24,4	68,4	6,8
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,2
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	27	76	2,2	0,5	19,3	1,9
Стоимость рациона	115,96	672	25,6	22,7	92,1	9,2
Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)						
Пирожок печёный сдобный с мясом,рисом	100	277	12,1	13,3	27,1	2,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	298	12,3	13,4	32,1	3,2

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.