

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.09.25

Согласовано

Директор школы № 43

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Котлета куриная с сыром	90	152	11,9	8,1	7,9	0,7
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	41	112	3,2	0,8	22,9	2,3
Стоимость рациона	96,63	591	19,1	22,6	78,2	7,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	50	7	0,4	0	1,3	0,1
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	705	29,6	26,9	84,0	8,4
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	100	199	5,6	7,2	27,9	2,8
Напиток овсяный 0,2	1 шт	140	2,0	6,4	19,0	1,9
Стоимость рациона	44,70	339	7,6	13,6	46,9	4,7

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 05.09.25

Согласовано

Директор



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, 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
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	22	62	1,8	0,4	12,6	1,2
Стоимость рациона	96,63	498	14,1	19,9	65,6	6,5
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,2
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	45	95	3,2	0,5	19,4	1,9
Стоимость рациона	115,96	606	28,6	27	59,7	6
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	100	199	5,6	7,2	27,9	2,8
Напиток овсяный 0,2	1 шт	140	2,0	6,4	19,0	1,9
Стоимость рациона	44,70	339	7,6	13,6	46,9	4,7

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 05 СЕНТЯБРЯ 25 г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Суп куриный с зеленью	19,84	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Вторые блюда							
Котлета куриная с сыром	52,35	90	152	11,9	8,1	7,9	0,7
Митболлы в томатном соусе	69,04	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Плов из говядины	65,41	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Гарниры							
Пюре картофельное	21,25	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Рис отварной	13,72	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	9,13	50	7	0,4	0	1,3	0,1
Напитки							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Сок фруктовый	18,60	200	41	0,2	1,0	10,1	1,0
Напиток из шиповника	8,08	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
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.