

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.01.26



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
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
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	572	17,4	22,4	75	7,5
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Филе куриное панированное	100	296	24	16,7	12,4	1,2
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	59	0,9	3	6,8	0,7
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	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	771	37,4	31,3	84,6	8,5
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
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
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9	86,2	8,6

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 23.01.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,5
Стоимость рациона	96,63	619	24,6	18,5	88	8,8
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Филе куриное панированное	100	296	24	16,7	12,4	1,2
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	33	70	2,4	0,4	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	668	35,9	28,8	66,6	6,6
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100	1шт	400	8,0	9	73,0	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9	86,2	8,6

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.