

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.03.26



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнно	20	71	4,6	5,8	0	0
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Батон витаминный с микронутрентами	28	78	2,2	0,6	16	1,6
Стоимость рациона	96,63	477	22	28,4	33,5	3,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами,зеленью	215	120	4,3	5,3	13,8	1,4
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,5
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутрентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутрентами	44	123	3,5	0,9	25,2	2,5
Стоимость рациона	115,96	742	20,7	23,8	112,1	11,2
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8,0	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	7,6

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 30.03.26



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона	96,63	536	22,2	31,3	41,2	4,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	265	152	5,6	6,8	17	1,7
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	35	78	2,6	0,4	15,9	1,6
Стоимость рациона	115,96	553	20,1	19	75,2	7,5
Полдник 5-11 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	7,6

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.