

Меню учителя на 28 МАЯ 25г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,62	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Суп сырный с гренками, зеленью	29,91	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Вторые блюда							
Биточки домашние	64,47	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Плов из куриного филе	64,47	200	332,0	15,6	9,9	45,2	4,5
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	15,21	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	13,75	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Напитки							
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,01
Какао с молоком	17,83	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Сок фруктовый	18,60	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,02	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

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 28.05.25

Согласовано

Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество в 100 г
Завтрак 7-11 лет						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Плов из куриного филе	200	332,0	15,6	9,9	45,2	4,5
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
		641,0	21,7	21,1	91,2	9,1
Обед 7-11 лет						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	118,0	3,3	0,8	24,0	2,4
		837,0	34,2	26,1	115,9	11,6
Стоимость рациона	233,84	1478,0	55,9	47,2	207,1	20,7

Инженер-технолог
Гоячкина 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.