

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.05.25

Согласовано
Директор школы №2



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	Примерн ое количес тво
Завтрак 7-11 лет						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
		527,0	21,2	21,0	62,0	6,2
Обед 7-11 лет						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/25/250	124,0	12,7	1,0	15,9	1,5
Печень по-строгановски	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,6
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,7
		781,2	39,6	20,2	110,2	11,0
Стоимость рациона	233,84	1308,2	60,8	41,2	172,2	17,2

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.

Меню учителя на 30 МАЯ 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 шоколадное	11,63	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Первые блюда							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	35,65	30/15/25 0	124,0	12,7	1,0	15,9	1,5
Вторые блюда							
Котлета куриная	58,97	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Печень по-строгановски	44,93	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,8
Гарниры							
Рис отварной	19,25	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
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	0,2
Напитки							
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Чай с лимоном	3,23	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Компот из ягод	11,17	200	49,0	0,2	1,0	12,0	1,2
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
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.