

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.11.24

Согласовано
Директор школы № 3



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Каша молочная пшенная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Г р у ш а	1 шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
Стоимость рациона	91,33	537,4	12,4	19,0	79,8	7,9
Обед 1-4 класс						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, говядиной тушеной, зеленью	270	142,0	4,9	6,0	17,3	1,7
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	20	65,0	2,0	1,0	12,0	1,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	30	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	57	137,0	4,0	1,4	28,5	2,8
Стоимость рациона	109,60	808,0	26,3	22,2	127,3	12,7

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 25.11.24

Согласовано

Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс (льготный / платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Г р у ш а	1 шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
Стоимость рациона	91,33	537,4	12,4	19,0	79,8	7,9
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, говядиной тушеной, зеленью	270	142,0	4,9	6,0	17,3	1,7
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	20	65,0	2,0	1,0	12,0	1,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	30	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	57	137,0	4,0	1,4	28,5	2,8
Стоимость рациона	109,60	808,0	26,3	22,2	127,3	12,7
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Кисломолочный напиток "Снежок"	201	156,8	5,6	5,0	22,1	2,2
Ватрушка с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	3,3
Стоимость рациона	42,25	484,8	24,1	18,5	55,2	5,5

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 25.11.24

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц
Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)						
Бутерброд горячий с сыром	50	195,0	8,5	12,7	11,5	1,1
Каша молочная пшенная с маслом	250/10	283,0	8,0	15,2	35,4	3,5
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона 91,33		699,0	21,9	31,8	88,5	8,8
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, говядиной тушеной, зеленью	270	142,0	4,9	6,0	17,3	1,7
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона 109,60		688,0	22,8	21,1	102,4	10,2
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Кисломолочный напиток "Снежок"	201	156,8	5,6	5,0	22,1	2,2
Ватрушка с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	3,3
Стоимость рациона 42,25		484,8	24,1	18,5	55,2	5,5

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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,75	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Бутерброд горячий с сыром	32,11	50	195,0	8,5	12,7	11,5	1,1
Первые блюда							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, говядиной тушеной, зеленью	26,75	270	142,0	4,9	6,0	17,3	1,7
Вторые блюда							
Каша молочная пшенная с маслом	19,11	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Гуляш из говядины	58,03	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Гарниры							
Рожки отварные	12,08	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	8,35	20	65,0	2,0	1,0	12,0	1,2
Напитки							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Чай без сахара	0,67	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,01
Какао с молоком	16,24	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,95	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2

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.