

Меню учителя на 25 ДЕКАБРЯ 24г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Примерное количество хлебных единиц *
Холодные блюда							
Масло шоколадное	10,41	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Первые блюда							
Борщ "Сибирский "с говядиной тушёной, сметаной, зеленью	25,82	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Вторые блюда							
Биточки домашние	62,07	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	63,25	100	161,0	13,2	10,6	3,3	0,3
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	14,32	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Вермишель отварная	10,92	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
10,92							
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	0,0
Кофейный напиток витаминизированный	10,37	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Чай с лимоном	3,46	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 25.12.24

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 шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	161,0	13,2	10,6	3,3	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
Батон, обогащенный йодоказеином	45	108,0	3,2	1,1	22,5	2,2
Стоимость рациона	91,33	698,0	27,7	27,1	87,1	8,7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ "Сибирский " с говядиной тушёной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
Стоимость рациона	109,60	736,0	29,5	24,4	100,1	10,0
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,9
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,7	3,0	2,8	9,6	0,9
Стоимость рациона	42,25	323,7	8,3	10,8	4,8	4,8

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 25.12.24

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	161,0	13,2	10,6	3,3	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
Батон, обогащенный йодоказеином	45	108,0	3,2	1,1	22,5	2,2
Стоимость рациона	91,33	698,0	27,7	27,1	87,1	8,7
Обед 1-4 класс						
Борщ "Сибирский " с говядиной тушёной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
Стоимость рациона	109,60	736,0	29,5	24,4	100,1	10,0

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 25.12.24

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)						
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	161,0	13,2	10,6	3,3	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
Батон, обогащенный йодоказеином	35	84,0	2,5	0,8	17,5	1,7
Стоимость рациона	91,33	659,0	28,6	22,1	87,4	8,7
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ " Сибирский "с говядиной тушёной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	200	236,0	7,2	6,3	37,2	3,7
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
Стоимость рациона	109,60	745,0	30,9	25,4	98,6	9,8
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печеный сдобный с мясом,рисом	75	208,0	9,1	10,0	20,3	2,0
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	42,25	298,0	9,1	10,0	42,7	4,2

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.