

Меню учителя на 29 ЯНВАРЯ 25г

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
Сыр порционно	11,70	10	35,0	2,3	2,9	0,0	0,0
Первые блюда							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	28,65	25/15/25 0	100,0	9,5	0,8	13,7	1,3
Вторые блюда							
Омлет натуральный	46,85	150	202,0	13,9	14,7	3,4	0,3
Жаркое по-домашнему	74,85	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,0
Гарниры							
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	9,98	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Напитки							
Чай с сахаром	1,71	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
Чай с лимоном	3,48	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Напиток из шиповника	8,72	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
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 29.01.25

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)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Омлет натуральный	200	270,0	18,6	20,0	4,6	0,5
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	2,0
Стоимость рациона	91,33	488,0	22,7	27,1	39,1	3,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе,грёнками,зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,1
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	109,60	551,0	23,0	13,6	83,9	8,4
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с картофелем,луком	80	159,0	4,5	5,8	22,3	2,2
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	202	158,0	5,6	5,0	22,2	2,2
Стоимость рациона	42,25	317,0	10,1	10,8	44,5	4,4

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 29.01.25

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
Омлет натуральный	150	202,0	13,9	14,7	3,4	0,3
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
М а н д а р и н	1шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	27	76,0	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона	91,33	440,0	18,4	21,8	42,3	4,2
Обед 1-4 класс						
Бульон с куриным филе, гренокми, зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,3
Жаркое по-домашнему	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,1
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	38	80,5	2,7	0,5	16,4	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,9
Стоимость рациона	109,60	648,5	25,9	14,3	103,8	10,4

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 29.01.25

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
Омлет натуральный	150	202,0	13,9	14,7	3,4	0,3
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
М а н д а р и н	1шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	27	76,0	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона	91,33	440,0	18,4	21,8	42,3	4,2
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе, гренокми, зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,3
Жаркое по-домашнему	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,1
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	38	80,5	2,7	0,5	16,4	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,9
Стоимость рациона	109,60	648,5	25,9	14,3	103,8	10,4
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	80	159,0	4,5	5,8	22,3	2,2
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	202	158,0	5,6	5,0	22,2	2,2
Стоимость рациона	42,25	317,0	10,1	10,8	44,5	4,4

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.