95

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Согласовано
Директор школы №

НА 12.03.26

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Макароны с сыром	180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона 96,63		*588*	*20,2*	*18,3*	*85,3*	*8,5*
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом,зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Печенье 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	29	81	2,3	0,6	16,6	1,6
Стоимость рациона 115,96		*828*	*36,9*	*23,6*	*117*	*11,7*

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 12.03.26

Согласовано
Директор школы № 35

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Макароны с сыром	180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона 96,63		*588*	*20,2*	*18,3*	*85,3*	*8,5*
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом,зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Печенье 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	29	81	2,3	0,6	16,6	1,6
Стоимость рациона 115,96		*828*	*36,9*	*23,6*	*117*	*11,7*
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона 44,70		*351*	*4,7*	*11,6*	*57,5*	*5,7*

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 12.03.26

Согласовано
Директор школы № 35

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона 96,63		*508*	*16,7*	*24,1*	*56*	*5,6*
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом,зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона 115,96		*642*	*34,1*	*22,1*	*77*	*7,7*
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона 44,70		*351*	*4,7*	*11,6*	*57,5*	*5,7*

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.

Меню буфетной продукции на 12 МАРТА 26 г

Согласовано
Директор школы № 35

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом,зеленью	9,63	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Вторые блюда							
Макароны с сыром	34,93	180	278	10,2	13,5	29,0	2,9
Наггетсы " Классические"	86,91	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Гуляш из говядины	60,52	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Гарниры							
Вермишель отварная	11,80	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Рис отварной	16,37	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Постные Блюда							
Суп картофельныйс горохом, зеленью	9,63	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Котлета картофельная	12,95	100	160	2,9	7,4	14,3	1,4
Рожки отварные с овощами,зелёным горошком	12,96	150	209	5,3	9,3	25,8	2,6
Рис отварной с растительным маслом	7,91	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
Напитки							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Напиток из шиповника	7,60	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0,0	28	2,8
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2	0,5	14,3	1,4

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.