35

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.03.26

Согласовано
Директор школы № 35

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,1
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Фруктовое пюре 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона 96,63		***476***	***20***	***21***	***50,5***	***4,4***
Обед 1-4 класс						
Солянка домашняя со сметаной,зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,5
Макаронник с мясом	150	300	15,9	13,1	29,5	3
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	35	114	3,6	1,7	21	2,1
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона 115,96		***793***	***31,8***	***22,1***	***110***	***11***

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 20.03.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,1
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Фруктовое пюре 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона 96,63		*476*	*20*	*21*	*50,5*	*4,4*
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной,зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,5
Макаронник с мясом	150	300	15,9	13,1	29,5	3
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	35	114	3,6	1,7	21	2,1
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона 115,96		*793*	*31,8*	*22,1*	*110*	*11*
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8	7	64	6,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона 44,70		*427*	*8,6*	*7,5*	*79,8*	*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 20.03.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Биточки " Школьные "	100	257	16,5	17,1	9,3	0,9
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	56	157	4,5	1,1	32	3,2
Стоимость рациона 96,63		*567*	*25,1*	*24,6*	*61*	*6,1*
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной,зеленью	260	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Макаронник с мясом	200	399	21	17,6	39,3	3,9
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
Батон витаминный с микронутриентами	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона 115,96		*648*	*31,6*	*24,4*	*76,3*	*7,6*
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8,0	7	64	6,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона 44,70		*427*	*8,6*	*7,5*	*79,8*	*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.

Меню буфетной продукцмм на 20 М А Р Т А 26 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 сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Солянка домашняя со сметаной,зеленью	40,99	260	99	6,4	5,9	5,8	0,5
Вторые блюда							
Биточки " Школьные "	57,97	100	257	16,5	17,1	9,3	0,9
Котлета куриная	47,79	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Макаронник с мясом	66,46	200	399	21,0	17,6	39,3	3,9
Гарниры							
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	14,26	35	114	3,6	1,7	21	2,1
Пюре картофельное	25,36	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Постные блюда							
Суп картофельный с зеленью	13,52	250	105	2,2	2,8	14	1,4
Зразы картофельные	16,22	100	208	2,3	13,2	13,8	1,4
Вермишель отварная с маслом растительным	5,88	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
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
Компот из кураги	8,57	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Чай с лимоном	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2,0	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.