

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.05.26

Согласовано
Директор школы № 190

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Блины "Домашние" с вареньем	168/40	508	10,1	24,7	61,6	6,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Груша	1 шт	80	0,7	0,5	17,5	1,7
Стоимость рациона	101,46	611	11,1	25,3	84,3	8,4
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,1
Ёжики "Аппетитные"	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Огурцы свежие (доп. гарнир)	25	4	0,2	0,04	0,7	0,1
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Яблоко	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,8	1,5
Стоимость рациона	121,76	753	24,2	24,54	108,7	10,9
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)						
Сдоба "Аппетитная" с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1 шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	293	6,8	6,6	91,3	9,1

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 06.05.26

Согласовано
Директор школы № 140



Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99	0,12	10,4	0,2	0,02
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
Стоимость рациона	101,46	553	15,6	27,2	60,2	6
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	164	4,3	5,8	23,7	2,4
Ёжики " Аппетитные"	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4	0,2	0,04	0,7	0,1
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	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	121,76	704	24	25,04	95,9	9,6
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба "Аппетитная " с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1 шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	293	6,8	6,6	91,3	9,1

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.