

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.01.26

Согласовано
Директор школы № 140

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	96,63	490	10,8	19,2	68,3	6,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гренками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,1
Блишки "Аппетитные"	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
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	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	746	23,9	24,5	107,5	10,7
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 сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	291	6,7	6,6	91	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 14.01.26

Согласовано

Директор школы № 140

Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)							
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2	
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	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1	
Стоимость рациона	96,63	485	14,6	22,8	55,3	5,5	
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)							
Суп сырный с гренками, 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	
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	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5	
Стоимость рациона	115,96	709	24,1	25	96,9	9,7	
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 сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5	
Стоимость рациона	44,70	291	6,7	6,6	91	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.