

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.01.26

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 сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Кофейный напиток витаминизированный	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	37	104	3,0	0,7	21,2	2,1
Стоимость рациона	96,63	588	14,7	22,8	80,9	8,1
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	99	1,7	4,1	13,8	1,4
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	50	50	0,8	2,6	6	0,6
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
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	858	28,1	31,6	108,9	10,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1 шт	270	6,5	6,5	86,0	8,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	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 21.01.26

Согласовано
Директор школы № 140

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Плов из индейки	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Печенье 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микроэлементами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,8
Стоимость рациона	96,63	645	15,2	28	83	8,3
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	124	2,1	5,1	17,3	1,7
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	54	151	4,3	1,1	30,9	3,1
Стоимость рациона	115,96	790	28,4	25,3	105,1	10,5
Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)						
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	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.