

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.01.26

Согласовано
Директор школы № 140

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, 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
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Вафли 1/20	1 шт	104	1,4	5,8	29	2,9
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	96,63	692	23,8	30,3	96,9	9,7
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)	25	81	2,6	1,3	15	1,5
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
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	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона	115,96	754	30,4	21,6	102,9	10,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1 шт	357	8	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Стоимость рациона	44,70	406	8,2	7,1	76	7,6

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 30.01.26

Согласовано

Директор школы № 140

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, 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	0,1
Биточки " Школьные "	100	257	16,5	17,1	9,3	0,9
Рис отварной	180	220	4,4	2,5	33,7	3,3
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	1	27,5	2,8
Стоимость рациона	96,63	700	25,1	28	75,8	7,6
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	19	53	1,5	0,4	10,9	1,1
Стоимость рациона	115,96	625	30,9	24,3	71,8	7,2
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8,0	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Стоимость рациона	44,70	406	8,2	7,1	76	7,6

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшова 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.