

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.06.25

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 7-11 лет						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Омлет натуральный	150	201,0	13,8	14,7	3,4	0,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
		557,0	22,5	29,2	51,1	5,1
Обед 7-11 лет						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,5
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	12,0	0,6	0,1	2,0	0,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
		745,0	35,2	22,1	94,4	9,4
Стоимость рациона 233,84						
		1302,0	57,7	51,3	145,5	14,5

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 03.06.25

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 12-17 лет						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Омлет натуральный	200	269,0	18,5	19,6	4,6	0,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
		625,0	27,2	34,1	52,3	5,2
Обед 12-17 лет						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,5
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,9
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,9	20,0	2,0
		761,0	35,4	22,4	98,1	9,8
Стоимость рациона	233,84	1386,0	62,6	56,5	150,4	15,0

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 учителя на 03 ИЮНЯ 25 г

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,62	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр	17,55	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	32,90	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,5
Вторые блюда							
Макаронник с мясом	78,42	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,9
Омлет натуральный	34,97	150	201,0	13,8	14,7	3,4	0,3
Гарниры							
Помидоры свежие (доп. гарнир)	12,94	50	12,0	0,6	0,1	2,0	0,2
Напитки							
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Чай с лимоном	3,23	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Кофейный напиток витаминизированный	11,32	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
Компот из кураги	9,00	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	4,02	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

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.