

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.11.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Котлета рубленая из куриного филе	100	229	20,2	9	16,8	1,7
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	50	140	4	1	28,6	2,9
Стоимость рациона	96,63	677	29	23,8	86,6	8,7
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью	255	106	1,8	5,6	12	1,2
Ёжики "Аппетитные "	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Картофель отварной	180	138	3,5	5,7	18,4	1,8
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	55	54	0,9	2,9	6,3	0,6
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	34	95	2,7	0,7	19,4	1,9
Стоимость рациона	115,96	736	23,1	27	93,4	9,2

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.