

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 12.01.26

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры	Углеводы	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционно	25	88	5,7	7,3	0	0
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона	96,63		530	22,8	29,8	42,9
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп с горохом, говядиной тушёной, зеленью	215	135	8	4,8	15	1,5
Макаронник с мясом тушёным с маслом	150/5	319	13,1	15,8	31	3,1
Икра кабачковая (доп. гарнir)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	49	137	3,9	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96		848	29,3	23	114,0
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8,0	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Стоимость рациона	44,70		406	8,2	7,1	76

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 12.01.2026



Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 кл (льготный/платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,10	7,30	0,10	0,00
Сыр порционно	10	36,0	2,30	2,90	0,00	0,00
Бифштекс домашний	90	217,0	8,10	13,40	15,90	1,60
Рис отварной	180	220,0	4,40	7,50	33,70	3,30
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,00	0,50
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,80	0,70	20,00	1,70
<i>Стоимость рациона: 96,63</i>		658,0	17,90	31,9	74,7	7,10
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Суп с горохом, говядиной тушёной, зеленью	270	171,0	10,10	9,20	18,8	1,90
Макаронник с мясом тушёным	200	410,0	20,20	20,10	37,0	3,70
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,0	0,50
Печенье 1/20	1шт	86,0	1,50	2,80	13,6	1,40
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,8	1,80	0,30	11,3	0,90
Батон витаминный с микронутриентами	21	58,8	1,70	0,40	12,00	1,00
<i>Стоимость рациона: 115,96</i>		800,6	35,5	32,9	97,7	9,4
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Компот из ягод	200	49,0	0,20	0,10	12,0	1,20
Плюшка домашняя	100	357,0	8,00	7,00	64,0	6,40
<i>Стоимость рациона: 44,70</i>		406,0	8,2	7,1	76,0	7,6

Инженер-
технолог

Калькулятор

Горячкина
Н.Н.

косолапова.В.Ф

* - 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.