

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.10.25

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Сыр плавленый 17,5	1 шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Горошек зелёный консервированный ( доп.гарнир)	50	20	1,6	0,1	3,2	0,3
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	49	143	4,0	1,0	28,6	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>470</b>	<b>21,7</b>	<b>19,1</b>	<b>52,1</b>	<b>5,2</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп картофельный с горохом,зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,6
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	60	8	0,5	0	1,5	0,1
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
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	50	143	4	1	28,6	2,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>705</b>	<b>21,5</b>	<b>20,6</b>	<b>108,1</b>	<b>10,8</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Пирожок печёный сдобный с творогом	100	243	12,0	9,3	27,9	2,8
Чай с лимоном	200/9	43	0,3	0,1	10,3	1
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>335</b>	<b>12,7</b>	<b>9,8</b>	<b>49,0</b>	<b>4,9</b>

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 13.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Масло сливочное	10	66,0	0,10	7,30	0,10	0,00
Котлета из индейки	90	140,0	12,50	8,30	3,90	0,40
Вермишель отварная	180	212,0	6,50	5,70	33,50	3,30
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,00	0,50
Батон витаминизированный с микронутриентами	31	86,8	2,50	0,60	17,70	1,50
<i>Стоимость рациона: 96,63</i>		<b>525,8</b>	<b>21,80</b>	<b>22,0</b>	<b>60,2</b>	<b>5,70</b>
<b>Обед 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, зеленью	250	131,0	5,50	5,30	15,3	1,50
Плов из говядины	200	300,0	11,60	11,70	37,1	3,70
Напиток из шиповника	200	84,0	0,70	0,30	19,6	2,00
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,8	1,80	0,30	11,3	0,90
Батон витаминизированный с микронутриентами	35	98,0	2,80	0,70	20,5	1,70
<i>Стоимость рациона: 115,96</i>		<b>666,8</b>	<b>22,4</b>	<b>18,3</b>	<b>103,8</b>	<b>9,8</b>
<b>Полдник 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Пирожок печёный слобный с творогом	100	243,0	12,00	9,30	27,9	2,80
Чай с лимоном	200/9	23,0	0,30	0,10	5,3	0,50
Яблоко	1 шт	49,0	0,40	0,40	10,8	1,10
<i>Стоимость рациона: 44,70</i>		<b>315,0</b>	<b>12,7</b>	<b>9,8</b>	<b>44,0</b>	<b>4,4</b>

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.