

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.01.26



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Котлета куриная с сыром | 90 | 152 | 11,9 | 8,1 | 7,9 | 0,7 |
| Рис отварной | 150 | 185 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,9 |
| Чай с сахаром | 200 | 21 | 0,2 | 0,1 | 5 | 0,5 |
| Мандарин | 1 шт | 42 | 1 | 0,2 | 9 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 96,63 | | 470 | 18,8 | 15,2 | 64,7 |
| Обед 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп куриный с зеленью | 200 | 77 | 1,8 | 2,4 | 9,4 | 0,9 |
| Митболлы в томатном соусе | 100/50 | 286 | 19,8 | 18,2 | 11,5 | 1,2 |
| Пюре картофельное | 150 | 108 | 3,1 | 5,2 | 12,1 | 1,2 |
| Сок фруктовый | 200 | 41 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 50 | 140 | 4 | 1 | 28,6 | 2,8 |
| Стоимость рациона | 115,96 | | 705 | 30,7 | 27,2 | 82,5 |
| Полдник 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Нижегородская сдобы с маком, глазированная 1/100 | 1шт | 400 | 8 | 9 | 73 | 7,3 |
| Компот из кураги | 200 | 86 | 1,1 | 0 | 13,2 | 1,3 |
| Стоимость рациона | 44,70 | | 486 | 9,1 | 9 | 86,2 |
| 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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.01.2026

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) | | | | | | |
| Индейка с булгуром | 200 | 350,0 | 12,80 | 15,50 | 39,80 | 3,90 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112,0 | 0,00 | 0,00 | 28,00 | 2,80 |
| Яблоко | 1 шт | 62,0 | 0,50 | 0,50 | 13,7 | 1,40 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 27 | 75,6 | 2,20 | 0,50 | 15,4 | 1,30 |
| <i>Стоимость рациона: 96,63</i> | | 599,6 | 15,50 | 16,5 | 96,9 | 9,40 |
| Обед 5-11 кл (льготный/платный) | | | | | | |
| Суп куриный с зеленью | 250 | 96,0 | 2,30 | 3,00 | 11,7 | 1,20 |
| Митболлы в томатном соусе | 100/50 | 286,0 | 18,50 | 16,80 | 10,4 | 1,10 |
| Пюре картофельное | 150 | 108,0 | 3,10 | 5,20 | 12,1 | 1,20 |
| Чай с сахаром | 200 | 21,0 | 0,20 | 0,10 | 5,0 | 0,50 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 31 | 44,5 | 1,50 | 0,30 | 9,1 | 0,80 |
| <i>Стоимость рациона: 115,96</i> | | 555,5 | 25,6 | 25,4 | 48,3 | 4,8 |
| Полдник 5-11 кл (льготный/платный) | | | | | | |
| Компот из кураги | 200 | 86,0 | 1,10 | 0,00 | 13,2 | 1,30 |
| Сдоба "Нижегородская" с маком | 100 | 400,0 | 8,00 | 9,00 | 73,0 | |
| <i>Стоимость рациона: 44,70</i> | | 486,0 | 9,1 | 9,0 | 86,2 | 1,3 |

Инженер-
технолог

Горячкина
Н.Н.

Калькулятор

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.