

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.01.26

Согласовано Для
Директор школы №

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорий- ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-----------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|---|
| Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Макароны с сыром | 180 | 278 | 10,2 | 13,5 | 29 | 2,9 |
| Творог для детского питания 1/100 | 1шт | 113 | 7,6 | 4,2 | 11,1 | 1,1 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112 | 0 | 0 | 28 | 2,8 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30 | 85 | 2,4 | 0,6 | 17,2 | 1,7 |
| Стоимость рациона 96,63 | | 588 | 20,2 | 18,3 | 85,3 | 8,5 |
| Обед 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Борщ "Сибирский " с зеленью | 200 | 81 | 0,9 | 4,9 | 7,8 | 0,7 |
| Митболлы в томатном соусе | 100/50 | 286 | 19,8 | 18,2 | 11,5 | 1,2 |
| Рис отварной | 150 | 185 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,9 |
| Кукуруза консервированная (доп.гарнир) | 40 | 130 | 4,1 | 2 | 24 | 2,4 |
| Компот из ягод | 200 | 49 | 0,2 | 0,1 | 12 | 1,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70 | 2 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона 115,96 | | 854 | 32,5 | 32,3 | 108,9 | 10,9 |
| Полдник 1-4 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Слойка с фруктовой начинкой 1/100 | 1шт | 330 | 4,5 | 11,5 | 52,5 | 5,2 |
| Чай с сахаром | 200 | 21 | 0,2 | 0,1 | 5 | 0,5 |
| Стоимость рациона 44,70 | | 351 | 4,7 | 11,6 | 57,5 | 5,7 |

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 22.01.2026

Согласовано Для
Директор школы №

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорий- ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|-----------|-------------------------|--------------|-------------|-------------|---|
| Завтрак 5-11 кл (льготный/платный) | | | | | | |
| Масло шоколадное | 15 | 98,0 | 0,20 | 9,30 | 3,30 | 0,30 |
| Гуляш из говядины | 100 | 121,0 | 8,20 | 8,60 | 2,80 | 0,30 |
| 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 витаминный с микронутриентами | 20 | 56,0 | 1,60 | 0,40 | 11,40 | 1,10 |
| <i>Стоимость рациона: 96,63</i> | | 508,0 | 16,70 | 24,1 | 56,0 | 5,50 |
| Обед 5-11 кл (льготный/платный) | | | | | | |
| Борщ "Сибирский" с зеленью | 250 | 92,0 | 1,30 | 4,90 | 10,0 | 1,00 |
| Митболы в томатном соусе | 100/50 | 286,0 | 19,80 | 18,20 | 11,5 | 1,10 |
| Рис отварной | 180 | 220,0 | 4,40 | 7,50 | 33,7 | 3,40 |
| Компот из ягод | 200 | 49,0 | 0,20 | 0,10 | 12,0 | 1,20 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 31 | 66,0 | 2,20 | 0,40 | 13,4 | 1,30 |
| <i>Стоимость рациона: 115,96</i> | | 713,0 | 27,9 | 31,1 | 80,6 | 8,0 |
| Полдник 5-11 кл (льготный/платный) | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | 21,0 | 0,20 | 0,10 | 5,0 | 0,50 |
| Слойка с фруктовой начинкой | 100 | 330,0 | 4,50 | 11,50 | 52,2 | 5,20 |
| <i>Стоимость рациона: 44,70</i> | | 351,0 | 4,7 | 11,6 | 57,2 | 5,7 |

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.