

136

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.09.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/30	437	25,7	20,1	38,2	3,8
Я б л о к о	1шт	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	26	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	643	28,4	28,4	68,4	6,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Печенье 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	115	3,3	0,8	23,5	2,4
Стоимость рациона	115,96	825	28,1	27,7	113,2	11,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с курицей, капустой	100	213	11,7	7,5	24,8	2,5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	283	12,3	8,0	40,6	4,1

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 24.09.25



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
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	140,0	13,60	8,00	3,30	0,30
Рис отварной	180	220,0	4,40	7,50	33,70	3,40
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	30	98,0	3,10	1,50	18,00	1,80
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,00	0,50
Батон витаминизированный с микронутриентами	33	92,4	2,60	0,70	18,80	1,60
Стоимость рациона: 96,63		637,4	24,00	25,1	78,9	7,60
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96,0	2,30	3,00	11,7	1,20
Котлета рыбная	100	246,0	15,30	12,50	18,4	1,80
Пюре картофельное	180	130,0	3,80	6,30	14,5	1,40
Компот из апельсинов	200	69,0	0,20	0,10	17,0	1,70
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,8	1,80	0,30	11,3	0,90
Батон витаминизированный с микронутриентами	40	112,0	3,20	0,80	22,8	1,90
Стоимость рациона: 115,96		706,8	26,6	23,0	95,7	8,9
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,0	0,50
Яблоко	1 шт	46,0	0,40	0,40	10,3	1,00
Пирожок печёный сдобный с капустой и курицей	100	213,0	11,70	7,50	24,8	2,50
Стоимость рациона: 44,70		213,0	11,7	7,5	24,8	2,5

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.