

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.09.25

Согласовано
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)						
Сыр плавленый 17,5	1шт	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	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	49	143	4,0	1,0	28,6	2,9
Стоимость рациона	96,63	470	21,7	19,1	52,1	5,2
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
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	1шт	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
Стоимость рациона	115,96	705	21,5	20,6	108,1	10,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с творогом	100	243	12,0	9,3	27,9	2,8
Чай с лимоном	200/9	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	335	12,7	9,8	43,9	4,4

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 29.09.25

Согласовано
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 сливочное	10	66,0	0,10	7,30	0,10	0,00
Котлеты из индейки	90	140,0	12,50	8,30	3,90	0,40
Вермишель отварная	150	178,0	5,40	4,90	27,90	2,80
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,00	0,50
Батон витаминный с микронутриентами	39	109,2	3,10	0,80	22,20	1,90
Стоимость рациона: 96,63		514,2	21,30	21,4	59,1	5,60
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
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	1,10
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,80	0,70	20,00	1,70
Стоимость рациона: 115,96		666,8	22,4	18,3	103,3	10,0
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Пирожок печёный сдобный с творогом	100	243,0	12,00	9,30	27,9	2,80
Чай с лимоном	200/9	24,0	0,30	0,10	5,3	0,50
Яблоко	1 шт	49,0	0,40	0,40	10,8	1,10
Стоимость рациона: 44,70		316,0	12,7	9,8	44,0	4,4

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.