

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.12.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>						
Запеканка из творога со сшущённым молоком	150/20	369	31,7	12,6	32,2	3,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>498</b>	<b>34,8</b>	<b>13,4</b>	<b>59,6</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>						
Суп картофельный с горохом,говядиной тушёной,зеленью	210	143	6,2	6,1	15,7	1,6
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,5
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	34	95	2,7	0,7	19,4	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>709</b>	<b>21,8</b>	<b>23</b>	<b>101,3</b>	<b>10,1</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>						
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	206	115	0,0	0	28,8	2,8
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>301</b>	<b>2,2</b>	<b>6,7</b>	<b>58,2</b>	<b>5,8</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 29.12.25

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Сыр порционно	15	53,0	3,50	4,40	0,00	0,00
Бифштекс домашний	90	217,0	8,10	13,40	15,90	1,60
Вермишель отварная	180	212,0	6,50	5,70	33,50	3,30
Напиток из облепихи	200	60,0	0,00	0,00	15,00	1,50
Батон витаминный с микронутриентами	39	94,0	2,70	1,00	19,50	1,90
<i>Стоимость рациона: 96,63</i>		<i>636,0</i>	<i>20,80</i>	<i>24,5</i>	<i>83,9</i>	<i>8,30</i>
<b>Обед 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, говядиной тушёной, зеленью	260	167,0	6,60	6,90	19,6	2,00
Плов из говядины	200	300,0	11,60	11,70	37,1	3,70
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,0	0,50
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51,6	1,70	0,20	10,8	0,90
Батон витаминный с микронутриентами	20	56,0	1,60	0,40	11,40	1,00
<i>Стоимость рациона: 115,96</i>		<i>595,6</i>	<i>21,7</i>	<i>19,3</i>	<i>83,9</i>	<i>8,1</i>
<b>Полдник 5-11 кл (льготный/платный)</b>						
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	206	115,0	0,00	0,00	28,8	2,90
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124,0	1,70	6,20	15,7	1,50
Яблоко	1 шт	62,0	0,50	0,50	13,7	1,40
<i>Стоимость рациона: 44,70</i>		<i>301,0</i>	<i>2,2</i>	<i>6,7</i>	<i>58,2</i>	<i>5,8</i>

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.