

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.10.25



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 сгущенным молоком	150/30	437	25,7	20,1	38,2	3,8
Яблоко	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
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем,сметаной,зеленью	205	84	1,7	4,7	8,7	0,9
Печень по-строгановски	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Сочник с фруктовой начинкой 1/70	1шт	289	3,5	10,9	43,3	4,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	38	106	3	0,8	21,7	2,2
Стоимость рациона	115,96		930	29,3	32,2	130
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба обыкновенная	100	266	7,7	6	45,4	4,5
Кисломолочный напиток " Снежок "	207	161	5,7	5,1	22,7	2,3
Стоимость рациона	44,70		427	13,4	11,1	68,1
* - 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.						

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.10.25

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)						
Биточки домашние	100	198,0	13,80	11,30	10,10	1,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,20	8,80	44,10	4,40
Огурцы свежие (доп. гарнir)	25	4,0	0,20	0,04	0,70	0,00
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,00	0,00	28,00	2,80
Печенье 1/20	1шт	86,0	1,50	2,80	13,60	1,40
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,70	0,70	19,4	1,90
<i>Стоимость рациона: 96,63</i>		791,2	28,40	23,6	115,9	11,50
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Борщ из свежей капусты и картофелем, сметаной, зеленью	255	106,0	1,80	5,60	12,0	1,20
Печень по-строгановски	100	179,0	13,70	10,50	7,5	0,70
Вермишель отварная	180	212,0	6,50	5,70	33,5	3,30
Чай с сахаром	200	21,0	0,20	0,10	5,0	0,50
Сочник с фруктовой начинкой 1/70	1 шт	289,0	3,50	10,90	43,3	4,30
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,8	1,80	0,30	11,3	0,90
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,30	0,60	16,5	1,60
<i>Стоимость рациона: 115,96</i>		942,0	29,8	33,7	129,1	12,5
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Сдоба обыкновенная	100	266,0	7,70	6,00	45,4	4,50
Кисломолочный напиток "Снежок"	207	157,0	5,70	5,10	22,1	2,20
<i>Стоимость рациона: 44,70</i>		423,0	13,4	11,1	67,5	6,7

Инженер-
технолог

Калькулятор

Горячкова
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.