

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 11.04.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал/100 г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, обогащенный йодоказеином	29	70,0	2,0	0,7	14,5	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>531,0</b>	<b>20,8</b>	<b>14,9</b>	<b>77,7</b>	<b>7,8</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной, зеленью	265	127,0	5,5	4,7	16,6	1,6
Печень по-строгановски	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	45	108,0	3,2	1,1	22,5	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>803,0</b>	<b>33,3</b>	<b>24,4</b>	<b>114,9</b>	<b>11,5</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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-ность, ккал	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>						
Огурцы свежие с маслом растительным	23,17	100	104,0	0,8	10,09	2,5
<b>Первые блюда</b>						
Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной, зеленью	39,30	265	127,0	5,5	4,7	16,6
<b>Вторые блюда</b>						
Котлета куриная	58,97	90	156,0	14,6	7,9	5,2
Плов из филе куриного	54,23	200	332,0	15,6	9,9	45,2
Печень по-строгановски	44,93	100	179,0	13,7	10,5	7,5
<b>Гарниры</b>						
Рис отварной	19,25	180	220,0	4,4	7,5	33,7
Каша гречневая рассыпчатая	15,20	180	296,0	10,2	8,8	44,1
Огурцы свежие (доп.гарнир)	13,75	60	8,0	0,5	0,0	1,5
<b>Постные блюда</b>						
Рассольник Ленинградский с зеленью	18,54	250	115,0	2,1	4,4	17,3
Зразы картофельные	23,30	100	208,0	2,9	13,2	13,8
Рис отварной с кукурузой и зеленым горошком	20,68	150	239,0	4,5	9,1	26,7
Рис отварной	8,60	150	226,0	3,6	7,5	28,4
Каша гречневая рассыпчатая	5,85	150	251,0	8,5	7,3	37,0
Каша гречневая с сахаром, маслом растительным	6,56	150	276,0	7,9	7,11	43,73
<b>Напитки</b>						
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,96	200	112,0	0,0	0,0	28,0
<b>Хлеб</b>						
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8
Батон, обогащенный йодоказеином	4,56	25	60,0	1,8	0,6	12,5

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р  
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 11.04.25

Согласовано  
 Директор школы № 2

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Плов из филе куриного	200	332,0	15,6	9,9	45,2	4,5
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	30	4,0	0,2	2,0	0,8	0,08
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Яблоко	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	36	86,0	2,5	0,9	18,0	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>583,0</b>	<b>18,7</b>	<b>11,2</b>	<b>102,8</b>	<b>10,3</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной, зеленью	265	127,0	5,5	4,7	16,6	1,6
Печень по-строгановски	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>792,0</b>	<b>34,2</b>	<b>25,4</b>	<b>109,1</b>	<b>10,9</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Сдоба обыкновенная	100	318,0	8,1	5,2	59,9	6,0
Напиток овсяный 0,2	1шт	140,0	2,0	6,4	19,0	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>458,0</b>	<b>10,1</b>	<b>11,6</b>	<b>78,9</b>	<b>7,9</b>

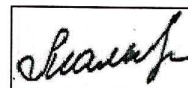
Инженер-технолог

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 11.04.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, обогащенный йодоказеином	29	70,0	2,0	0,7	14,5	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>531,0</b>	<b>20,8</b>	<b>14,9</b>	<b>77,7</b>	<b>7,8</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной, зеленью	265	127,0	5,5	4,7	16,6	1,6
Печень по-строгановски	100	179,0	13,7	10,5	7,5	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	45	108,0	3,2	1,1	22,5	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>803,0</b>	<b>33,3</b>	<b>24,4</b>	<b>114,9</b>	<b>11,5</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Напиток овсяный 0,2	1шт	140,0	2,0	6,4	19,0	1,9
Сдоба обыкновенная	100	318,0	8,1	5,2	59,9	6,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>458,0</b>	<b>10,1</b>	<b>11,6</b>	<b>78,9</b>	<b>7,9</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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.