

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 07.10.25



| Наименование блюда                             | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|------------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло сливочное                                | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Сыр порционнo                                  | 15            | 53                      | 3,5         | 4,4         | 0            | 0                                             |
| Каша молочная " Дружба " с маслом              | 150/5         | 168                     | 4,7         | 6,6         | 22,5         | 2,3                                           |
| Йогурт 1/100                                   | 1шт           | 82                      | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,2                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 27            | 86                      | 2,2         | 0,5         | 15,4         | 1,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>476</b>              | <b>13,5</b> | <b>21,7</b> | <b>54,5</b>  | <b>5,5</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Бульон с куриным филе ,гренками,зеленью        | 25/15/200     | 102                     | 9,5         | 0,8         | 14           | 1,4                                           |
| Биточки домашние                               | 100           | 198                     | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1,0                                           |
| Гороховое пюре                                 | 150           | 220                     | 15,6        | 5,9         | 26           | 2,6                                           |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                  | 60            | 14                      | 0,7         | 0,1         | 2,4          | 0,2                                           |
| Компот из ягод                                 | 200           | 49                      | 0,2         | 0,1         | 12           | 1,2                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 49            | 137                     | 3,9         | 0,9         | 28           | 2,8                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>773</b>              | <b>45,5</b> | <b>19,4</b> | <b>103,3</b> | <b>10,3</b>                                   |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| Сдоба обыкновенная                             | 100           | 266                     | 7,7         | 6           | 45,4         | 4,5                                           |
| Кисломолочный напиток " С н е ж о к "          | 207           | 161                     | 5,7         | 5,1         | 22,7         | 2,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>44,70</b>  | <b>427</b>              | <b>13,4</b> | <b>11,1</b> | <b>68,1</b>  | <b>6,8</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 07.10.25



| Наименование блюда                      | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|-----------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло сливочное                         | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                 |
| Сыр порционнo                           | 15            | 53                 | 3,5         | 4,4         | 0            | 0                                    |
| Каша молочная " Дружба " с маслом       | 150/5         | 168                | 4,7         | 6,6         | 22,5         | 2,3                                  |
| Йогурт 1/100                            | 1шт           | 82                 | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,2                                  |
| Чай с сахаром                           | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 27            | 86                 | 2,2         | 0,5         | 15,4         | 1,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                | <b>96,63</b>  | <b>476</b>         | <b>13,5</b> | <b>21,7</b> | <b>54,5</b>  | <b>5,5</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                   |               |                    |             |             |              |                                      |
| Бульон с куриным филе ,гренками,зеленью | 25/15/200     | 102                | 9,5         | 0,8         | 14           | 1,4                                  |
| Биточки домашние                        | 100           | 198                | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1,0                                  |
| Гороховое пюре                          | 150           | 220                | 15,6        | 5,9         | 26           | 2,6                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)           | 60            | 14                 | 0,7         | 0,1         | 2,4          | 0,2                                  |
| Компот из ягод                          | 200           | 49                 | 0,2         | 0,1         | 12           | 1,2                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами        | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 49            | 137                | 3,9         | 0,9         | 28           | 2,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                | <b>115,96</b> | <b>773</b>         | <b>45,5</b> | <b>19,4</b> | <b>103,3</b> | <b>10,3</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 07.10.25



| Наименование блюда                              | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                         |             |             |             |                                               |
| Блины "Домашние" со сгущённым молоком           | 168/30        | 502                     | 12,2        | 27,2        | 51,9        | 5,2                                           |
| Пюре фруктовое 1/125                            | 1шт           | 55                      | 0           | 0           | 13,8        | 1,4                                           |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                           |
| Я б л о к о                                     | 1шт           | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>627</b>              | <b>12,8</b> | <b>27,7</b> | <b>81,5</b> | <b>8,2</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                         |             |             |             |                                               |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью        | 25/15/250     | 100                     | 9,5         | 0,8         | 13,7        | 1,4                                           |
| Биточки домашние                                | 100           | 198                     | 13,8        | 11,3        | 10,1        | 1,0                                           |
| Гороховое пюре                                  | 180           | 261                     | 18,6        | 6,9         | 31,2        | 3,1                                           |
| Компот из ягод                                  | 200           | 49                      | 0,2         | 0,1         | 12          | 1,2                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 27            | 76                      | 2,2         | 0,5         | 15,4        | 1,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>737</b>              | <b>46,1</b> | <b>19,9</b> | <b>93,2</b> | <b>9,3</b>                                    |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                         |             |             |             |                                               |
| Сдоба обыкновенная                              | 100           | 266                     | 7,7         | 6           | 45,4        | 4,5                                           |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                  | 207           | 161                     | 5,7         | 5,1         | 22,7        | 2,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>44,70</b>  | <b>427</b>              | <b>13,4</b> | <b>11,1</b> | <b>68,1</b> | <b>6,8</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.



Меню учителя на 07 ОКТЯБРЯ 25 г



Согласовано  
Директор школы

| Наименование блюда                       | Цена          | Выход (г) | Калорий-ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|------------------------------------------|---------------|-----------|---------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                    |               |           |                     |          |         |             |                                      |
| Масло сливочное                          | 10,43         | 10        | 66                  | 0,1      | 7,3     | 0,1         | 0,01                                 |
| Сыр порционно                            | 13,81         | 15        | 53                  | 3,5      | 4,4     | 0           | 0                                    |
| <b>Первые блюда</b>                      |               |           |                     |          |         |             |                                      |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью | 24,68         | 25/15/250 | 100                 | 9,5      | 0,8     | 13,7        | 1,4                                  |
| <b>Вторые блюда</b>                      |               |           |                     |          |         |             |                                      |
| Блины " Домашние" со сгущённым молоком   | 56,77         | 168/30    | 502                 | 12,2     | 27,2    | 51,9        | 5,2                                  |
| Биточки домашние                         | 56,07         | 100       | 198                 | 13,8     | 11,3    | 10,1        | 1,0                                  |
| Каша молочная " Дружба " с маслом        | 17,32         | 150/5     | 168                 | 4,7      | 6,6     | 22,5        | 2,3                                  |
| <b>Гарниры</b>                           |               |           |                     |          |         |             |                                      |
| Гороховое пюре                           | 12,48         | 180       | 261                 | 18,6     | 6,9     | 31,2        | 3,1                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)            | 13,01         | 60        | 14                  | 0,7      | 0,1     | 2,4         | 0,2                                  |
| <b>Напитки</b>                           |               |           |                     |          |         |             |                                      |
| Чай с сахаром                            | 1,10          | 200       | 21                  | 0,2      | 0,1     | 5,0         | 0,5                                  |
| Чай без сахара                           | 0,61          | 200       | 2                   | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0                                    |
| Компот из ягод                           | 15,18         | 200       | 49                  | 0,2      | 0,1     | 12,0        | 1,2                                  |
| <b>Хлеб</b>                              |               |           |                     |          |         |             |                                      |
| Хлеб полезный с микронутриентами         | 2,64          | 25        | 53,0                | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 1,0                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами      | 4,56          | 25        | 70,0                | 2,0      | 0,5     | 14,3        | 1,4                                  |
| Инженер-технолог                         | Калькулятор   |           |                     |          |         |             |                                      |
| Горячкина Н.Н.                           | 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.