

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.25

Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда                        | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|----------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                  |               |                            |             |             |                |                                               |
| Масло шоколадное                          | 15            | 98                         | 0,2         | 9,3         | 3,3            | 0,3                                           |
| Жаркое из индейки                         | 150           | 194                        | 7,2         | 12,1        | 14             | 1,4                                           |
| Кукуруза консервированная (доп.гарнир)    | 20            | 65                         | 2           | 1           | 12             | 1,2                                           |
| Пюре фруктовое 1/125                      | 1шт           | 55                         | 0           | 0           | 13,8           | 1,4                                           |
| Чай с лимоном                             | 200/7         | 23                         | 0,3         | 0,1         | 5,2            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 41            | 110                        | 3,1         | 0,8         | 22,6           | 2,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>96,63</b>  | <b>545</b>                 | <b>12,8</b> | <b>23,3</b> | <b>70,9</b>    | <b>7,1</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                     |               |                            |             |             |                |                                               |
| Борщ "Краснодарский " со сметаной,зеленью | 205           | 85                         | 1,5         | 5,4         | 7,7            | 0,8                                           |
| Биточки домашние                          | 100           | 198                        | 13,8        | 11,3        | 10,1           | 1                                             |
| Вермишель отварная                        | 150           | 178                        | 5,4         | 4,9         | 27,9           | 2,8                                           |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)               | 60            | 8                          | 0,5         | 0           | 1,5            | 0,1                                           |
| 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       | 22            | 70                         | 2           | 0,5         | 14,3           | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>115,96</b> | <b>757</b>                 | <b>26,9</b> | <b>28,7</b> | <b>98,1</b>    | <b>9,8</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 21.10.25

Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда                             | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|------------------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|----------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 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                                             |
| Жаркое из индейки                              | 200           | 256                        | 9,5         | 16,2        | 18,2           | 1,8                                           |
| Чай с лимоном                                  | 200/7         | 23                         | 0,3         | 0,1         | 5,2            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 37            | 104                        | 2,9         | 0,7         | 21,1           | 2,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>502</b>                 | <b>16,3</b> | <b>28,7</b> | <b>44,6</b>    | <b>4,4</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                            |             |             |                |                                               |
| Борщ "Краснодарский " со сметаной,зеленью      | 255           | 105                        | 1,8         | 6,5         | 9,6            | 0,9                                           |
| Биточки домашние                               | 100           | 198                        | 13,8        | 11,3        | 10,1           | 1,0                                           |
| Вермишель отварная                             | 180           | 212                        | 6,5         | 5,7         | 33,5           | 3,4                                           |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                  | 25            | 5                          | 0,3         | 0,1         | 1              | 0,1                                           |
| Сок фруктовый                                  | 200           | 41                         | 0,2         | 0,1         | 10,1           | 1,0                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53                         | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 25            | 70                         | 2           | 0,5         | 14,3           | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>684</b>                 | <b>26,4</b> | <b>24,5</b> | <b>89,4</b>    | <b>8,9</b>                                    |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |               |                            |             |             |                |                                               |
| Хачапури                                       | 100           | 298                        | 12,8        | 15          | 27,8           | 2,8                                           |
| Напиток из шиповника                           | 213           | 89                         | 0,7         | 0,3         | 20,9           | 2,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>44,70</b>  | <b>387</b>                 | <b>13,5</b> | <b>15,3</b> | <b>48,7</b>    | <b>4,9</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.

Меню учителя на 21 ОКТЯБРЯ 25 г



| Наименование блюда                         | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------------------|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                      |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Масло шоколадное                           | 19,8  | 15        | 98                 | 0,2      | 9,3     | 3,3         | 0,3                                  |
| Масло сливочное                            | 10,43 | 10        | 66                 | 1        | 7,3     | 0,1         | 0,01                                 |
| Сыр порционнно                             | 13,81 | 15        | 53                 | 3,5      | 4,4     | 0           | 0                                    |
| <b>Первые блюда</b>                        |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Борщ " Краснодарский " со сметаной,зеленью | 16,26 | 255       | 105                | 1,8      | 6,5     | 9,6         | 0,9                                  |
| <b>Вторые блюда</b>                        |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Биточки домашние                           | 56,07 | 100       | 198                | 13,8     | 11,3    | 10,1        | 1,0                                  |
| Жаркое с индейкой                          | 62,82 | 200       | 256                | 9,5      | 16,2    | 18,2        | 1,8                                  |
| <b>Гарниры</b>                             |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Вермишель отварная                         | 12,61 | 180       | 212                | 6,5      | 5,7     | 33,5        | 3,4                                  |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)                | 10,95 | 60        | 8                  | 0,5      | 0       | 1,5         | 0,1                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)              | 5,42  | 25        | 5                  | 0,3      | 0,1     | 1           | 0,1                                  |
| Кукуруза консервированная ( доп.гарнир)    | 8,15  | 20        | 65                 | 2        | 1       | 12          | 1,2                                  |
| <b>Напитки</b>                             |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Чай с сахаром                              | 1,10  | 200       | 21                 | 0,2      | 0,1     | 5           | 0,5                                  |
| Чай без сахара                             | 0,61  | 200       | 2                  | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0                                    |
| Чай с лимоном                              | 2,87  | 200/7     | 23                 | 0,3      | 0,1     | 5,2         | 0,5                                  |
| Сок фруктовый                              | 18,60 | 200       | 41                 | 0,2      | 1,0     | 10,1        | 1                                    |
| <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

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 21.10.25

Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорий-<br>ность<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-----------------------------------------------|---------------|---------------------------|-------------|-------------|----------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                           |             |             |                |                                               |
| Масло шоколадное                              | 15            | 98                        | 0,2         | 9,3         | 3,3            | 0,3                                           |
| Жаркое из индейки                             | 150           | 194                       | 7,2         | 12,1        | 14             | 1,4                                           |
| Кукуруза консервированная ( доп.гарнир)       | 20            | 65                        | 2           | 1           | 12             | 1,2                                           |
| Пюре фруктовое 1/125                          | 1шт           | 55                        | 0           | 0           | 13,8           | 1,4                                           |
| Чай с лимоном                                 | 200/7         | 23                        | 0,3         | 0,1         | 5,2            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 41            | 110                       | 3,1         | 0,8         | 22,6           | 2,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>96,63</b>  | <b>545</b>                | <b>12,8</b> | <b>23,3</b> | <b>70,9</b>    | <b>7,1</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                           |             |             |                |                                               |
| Борщ "Краснодарский " со сметаной,зеленью     | 205           | 85                        | 1,5         | 5,4         | 7,7            | 0,8                                           |
| Биточки домашние                              | 100           | 198                       | 13,8        | 11,3        | 10,1           | 1                                             |
| Вермишель отварная                            | 150           | 178                       | 5,4         | 4,9         | 27,9           | 2,8                                           |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)                   | 60            | 8                         | 0,5         | 0           | 1,5            | 0,1                                           |
| 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           | 22            | 70                        | 2           | 0,5         | 14,3           | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>115,96</b> | <b>757</b>                | <b>26,9</b> | <b>28,7</b> | <b>98,1</b>    | <b>9,8</b>                                    |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b> |               |                           |             |             |                |                                               |
| Хачапури                                      | 100           | 298                       | 12,8        | 15          | 27,8           | 2,8                                           |
| Напиток из шиповника                          | 213           | 89                        | 0,7         | 0,3         | 20,9           | 2,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>44,70</b>  | <b>387</b>                | <b>13,5</b> | <b>15,3</b> | <b>48,7</b>    | <b>4,9</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.