

133

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.02.25



| Наименование блюда                       | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                 |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло шоколадное                         | 10            | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 0,2                                  |
| Омлет натуральный                        | 150           | 202,0              | 13,9        | 14,7        | 3,4          | 0,3                                  |
| Кофейный напиток витаминизированный      | 200           | 118,0              | 2,7         | 1,9         | 22,5         | 2,3                                  |
| М а н д а р и н                          | 1 шт          | 42,0               | 1,0         | 0,2         | 9,0          | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами      | 41            | 115,0              | 3,3         | 0,8         | 23,5         | 2,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                 | <b>91,33</b>  | <b>542,0</b>       | <b>21,0</b> | <b>23,8</b> | <b>60,6</b>  | <b>6,1</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                    |               |                    |             |             |              |                                      |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью | 30/15/250     | 124,0              | 12,7        | 1,0         | 15,9         | 1,6                                  |
| Гуляш из говядины                        | 100           | 121,0              | 8,2         | 8,6         | 2,8          | 0,2                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая               | 150           | 246,0              | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 3,6                                  |
| 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 витаминный с микронутриентами      | 43            | 120,0              | 3,4         | 0,9         | 24,6         | 2,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                 | <b>109,60</b> | <b>705,0</b>       | <b>34,8</b> | <b>18,2</b> | <b>100,8</b> | <b>10,1</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 05.02.25

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло шоколадное                              | 10            | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 0,2                                  |
| Омлет натуральный                             | 150           | 202,0              | 13,9        | 14,7        | 3,4          | 0,3                                  |
| Кофейный напиток витаминизированный           | 200           | 118,0              | 2,7         | 1,9         | 22,5         | 2,3                                  |
| М а н д а р и н                               | 1 шт          | 42,0               | 1,0         | 0,2         | 9,0          | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 41            | 115,0              | 3,3         | 0,8         | 23,5         | 2,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>91,33</b>  | <b>542,0</b>       | <b>21,0</b> | <b>23,8</b> | <b>60,6</b>  | <b>6,1</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью      | 30/15/250     | 124,0              | 12,7        | 1,0         | 15,9         | 1,6                                  |
| Гуляш из говядины                             | 100           | 121,0              | 8,2         | 8,6         | 2,8          | 0,2                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                    | 150           | 246,0              | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 3,6                                  |
| 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 витаминный с микронутриентами           | 43            | 120,0              | 3,4         | 0,9         | 24,6         | 2,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>109,60</b> | <b>705,0</b>       | <b>34,8</b> | <b>18,2</b> | <b>100,8</b> | <b>10,0</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Пирожок печёный сдобный с рисом, яйцом        | 100           | 379,0              | 18,1        | 19,3        | 32,9         | 3,3                                  |
| Кисломолочный напиток " С н е ж о к "         | 200           | 156,0              | 5,6         | 5,0         | 22,0         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>42,25</b>  | <b>535,0</b>       | <b>23,7</b> | <b>24,3</b> | <b>54,9</b>  | <b>5,5</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.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.02.25



| Наименование блюда                             | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло шоколадное                               | 10            | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2         | 0,2                                  |
| Омлет натуральный                              | 200           | 270,0              | 18,6        | 20,0        | 4,6         | 0,5                                  |
| Кофейный напиток витаминизированный            | 200           | 118,0              | 2,7         | 1,9         | 22,5        | 2,2                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 36            | 101,0              | 2,9         | 0,7         | 20,5        | 2,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>91,33</b>  | <b>554,0</b>       | <b>24,3</b> | <b>28,8</b> | <b>49,8</b> | <b>5,0</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |             |                                      |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью       | 30/15/250     | 124,0              | 12,7        | 1,0         | 15,9        | 1,6                                  |
| Гуляш из говядины                              | 100           | 121,0              | 8,2         | 8,6         | 2,8         | 0,2                                  |
| 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 витаминный с микронутриентами            | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>109,60</b> | <b>705,0</b>       | <b>35,1</b> | <b>19,3</b> | <b>98,0</b> | <b>9,8</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |             |                                      |
| Пирожок печёный сдобный с рисом, яйцом         | 100           | 379,0              | 18,1        | 19,3        | 32,9        | 3,3                                  |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                 | 200           | 156,0              | 5,6         | 5,0         | 22,0        | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>42,25</b>  | <b>535,0</b>       | <b>23,7</b> | <b>24,3</b> | <b>54,9</b> | <b>5,5</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)     | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примечание<br>количество хлебных единиц* |
|--|-------|---------------|--------------------|----------|---------|-------------|--|
| <b>Холодные блюда</b>                    |       |               |                    |          |         |             |  |
| Масло шоколадное                         | 11,63 | 10            | 65,0               | 0,1      | 6,2     | 2,2         | 0,2                                      |
| <b>Первые блюда</b>                      |       |               |                    |          |         |             |  |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью | 35,31 | 30/15/25<br>0 | 124,0              | 12,7     | 1,0     | 15,9        | 1,5                                      |
| <b>Вторые блюда</b>                      |       |               |                    |          |         |             |  |
| Омлет натуральный                        | 46,85 | 150           | 202,0              | 13,9     | 14,7    | 3,4         | 0,3                                      |
| Гуляш из говядины                        | 65,11 | 100           | 121,0              | 8,2      | 8,6     | 2,8         | 0,2                                      |
| <b>Гарниры</b>                           |       |               |                    |          |         |             |  |
| Каша гречневая рассыпчатая               | 15,20 | 180           | 296,0              | 10,2     | 8,8     | 44,1        | 4,4                                      |
| <b>Напитки</b>                           |       |               |                    |          |         |             |  |
| Чай с сахаром                            | 1,46  | 200           | 41,0               | 0,2      | 0,1     | 10,1        | 1,0                                      |
| Чай без сахара                           | 0,42  | 200           | 2,0                | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0,0                                      |
| Кофейный напиток витаминизированный      | 11,32 | 200           | 118,0              | 2,7      | 1,9     | 22,5        | 2,3                                      |
| <b>Хлеб</b>                              |       |               |                    |          |         |             |  |
| Хлеб полезный с микронутриентами         | 2,29  | 25            | 53,0               | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 1,1                                      |
| Батон витаминный с микронутриентами      | 4,02  | 25            | 70,0               | 2,0      | 0,5     | 14,3        | 1,4                                      |

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.