

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 01.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,3
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	96,63	492	10,9	19,2	68,5	6,9
Обед 1-4 класс						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	205	91	5,5	5,1	5,6	0,5
Котлета куриная	100	229	20,2	9	16,8	1,6
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	6	0,3	0,1	1,1	0,1
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	48	134	3,8	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96	740	37,2	20,4	101,7	10

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 01.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,3
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	96,63	492	10,9	19,2	68,5	6,9
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной,зеленью	205	91	5,5	5,1	5,6	0,5
Котлета куриная	100	229	20,2	9	16,8	1,6
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	30	6	0,3	0,1	1,1	0,1
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	48	134	3,8	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96	740	37,2	20,4	101,7	10
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с курицей ,капустой	100	213	11,7	7,5	24,8	2,5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	283	12,3	8,0	40,6	4,1

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 01.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,2
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	485	14,6	22,8	55,3	5,4
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	112	6,8	6,2	7	0,7
Котлета куриная	100	229	20,2	9	16,8	1,7
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	23	49	1,7	0,3	9,9	0,9
Стоимость рациона	115,96	651	35,4	21,3	79,2	7,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с курицей, капустой	100	213	11,7	7,5	24,8	2,5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	283	12,3	8,0	40,6	4,1

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.