

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.10.25



| 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                                 |
| Запеканка из творога со стужённым молоком               | 150/30        | 437                | 25,7        | 20,1        | 38,2         | 3,8                                  |
| Я б л о к о                                             | 1 шт          | 49                 | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                  |
| Чай с сахаром                                           | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 26            | 70                 | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>96,63</b>  | <b>643</b>         | <b>28,4</b> | <b>28,4</b> | <b>68,4</b>  | <b>6,8</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                                   |               |                    |             |             |              |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью | 205           | 84                 | 1,7         | 4,7         | 8,7          | 0,9                                  |
| Печень по-строгановски                                  | 100           | 179                | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                  |
| Вермишель отварная                                      | 150           | 178                | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Сок фруктовый                                           | 200           | 41                 | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                  |
| Сочник с фруктовой начинкой 1/70                        | 1 шт          | 289                | 3,5         | 10,9        | 43,3         | 4,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                        | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 38            | 106                | 3           | 0,8         | 21,7         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>115,96</b> | <b>930</b>         | <b>29,3</b> | <b>32,2</b> | <b>130,0</b> | <b>13</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 02.10.25



| 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                                          |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком               | 150/30        | 437                     | 25,7        | 20,1        | 38,2         | 3,8                                           |
| Я б л о к о                                             | 1шт           | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                           |
| Чай с сахаром                                           | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 26            | 70                      | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>96,63</b>  | <b>643</b>              | <b>28,4</b> | <b>28,4</b> | <b>68,4</b>  | <b>6,8</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>              |               |                         |             |             |              |                                               |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью | 205           | 84                      | 1,7         | 4,7         | 8,7          | 0,9                                           |
| Печень по-строгановски                                  | 100           | 179                     | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                                      | 150           | 178                     | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                           |
| Сок фруктовый                                           | 200           | 41                      | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                           |
| Сочник с фруктовой начинкой 1/70                        | 1шт           | 289                     | 3,5         | 10,9        | 43,3         | 4,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                        | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 38            | 106                     | 3           | 0,8         | 21,7         | 2,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>115,96</b> | <b>930</b>              | <b>29,3</b> | <b>32,2</b> | <b>130,0</b> | <b>13</b>                                     |
| <b>Полдник 1-4 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.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.10.25



| Наименование блюда                                      | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|---------------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>           |               |                    |             |             |              |                                      |
| Биточки домашние                                        | 100           | 198                | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1                                    |
| Каша гречневая рассыпчатая                              | 180           | 296                | 10,2        | 8,8         | 44,1         | 4,4                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                           | 25            | 5                  | 0,3         | 0,1         | 1            | 0,1                                  |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный               | 200           | 112                | 0           | 0           | 28           | 2,8                                  |
| Печенье 1/20                                            | 1 шт          | 86                 | 1,5         | 2,8         | 13,6         | 1,4                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 29            | 81                 | 2,3         | 0,6         | 16,5         | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>96,63</b>  | <b>778</b>         | <b>28,1</b> | <b>23,6</b> | <b>113</b>   | <b>11,3</b>                          |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>              |               |                    |             |             |              |                                      |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью | 255           | 106                | 1,8         | 5,6         | 12           | 1,2                                  |
| Печень по-строгановски                                  | 100           | 179                | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                  |
| Вермишель отварная                                      | 180           | 212                | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,4                                  |
| Чай с сахаром                                           | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Сочник с фруктовой начинкой 1/70                        | 1 шт          | 289                | 3,5         | 10,9        | 43,3         | 4,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                        | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 29            | 81                 | 2,3         | 0,6         | 16,5         | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>115,96</b> | <b>941</b>         | <b>29,8</b> | <b>33,7</b> | <b>128,6</b> | <b>12,8</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.