

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 10.11.25

Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда                  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>            |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло сливочное                     | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                 |
| Пудинг "Лакомка " с вареньем        | 150/20        | 353                | 14,1        | 9,3         | 53,3        | 5,3                                  |
| Я б л о к о                         | 1шт           | 62                 | 0,5         | 0,5         | 13,7        | 1,4                                  |
| Чай с сахаром                       | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами | 28            | 78                 | 2,2         | 0,6         | 16          | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>96,63</b>  | <b>580</b>         | <b>17,1</b> | <b>17,8</b> | <b>88,1</b> | <b>8,8</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>               |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп из овощей с зеленью             | 200           | 72                 | 1,4         | 4           | 7,6         | 0,7                                  |
| Гуляш из говядины                   | 100           | 146                | 10,6        | 10,5        | 2,4         | 0,2                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая          | 150           | 246                | 8,5         | 7,3         | 36,6        | 3,7                                  |
| В а ф л и 1/18                      | 1шт           | 92                 | 0,8         | 4,5         | 12          | 1,2                                  |
| 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 | 22            | 62                 | 1,8         | 0,4         | 12,6        | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>115,96</b> | <b>720</b>         | <b>25,1</b> | <b>27,1</b> | <b>94</b>   | <b>9,4</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 10.11.25

Согласовано  
Директор школы № 7

| 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                                          |
| Пудинг "Лакомка " с вареньем                   | 150/20        | 353                     | 14,1        | 9,3         | 53,3        | 5,3                                           |
| Я б л о к о                                    | 1шт           | 62                      | 0,5         | 0,5         | 13,7        | 1,4                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 28            | 78                      | 2,2         | 0,6         | 16          | 1,6                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>580</b>              | <b>17,1</b> | <b>17,8</b> | <b>88,1</b> | <b>8,8</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                         |             |             |             |                                               |
| Суп из овощей с зеленью                        | 200           | 72                      | 1,4         | 4           | 7,6         | 0,7                                           |
| Гуляш из говядины                              | 100           | 146                     | 10,6        | 10,5        | 2,4         | 0,2                                           |
| Каша гречневая рассыпчатая                     | 150           | 246                     | 8,5         | 7,3         | 36,6        | 3,7                                           |
| В а ф л и 1/18                                 | 1шт           | 92                      | 0,8         | 4,5         | 12          | 1,2                                           |
| 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            | 22            | 62                      | 1,8         | 0,4         | 12,6        | 1,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>720</b>              | <b>25,1</b> | <b>27,1</b> | <b>94</b>   | <b>9,4</b>                                    |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b> |               |                         |             |             |             |                                               |
| Слойка с фруктовой начинкой 1/100              | 1шт           | 330                     | 4,5         | 11,5        | 52,5        | 5,3                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>44,70</b>  | <b>351</b>              | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b> | <b>5,8</b>                                    |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.11.25

Согласовано  
Директор школы №

| 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 сливочное                                 | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                 |
| Пудинг "Лакомка " с вареньем                    | 150/30        | 379                | 14,1        | 12,6        | 56,4        | 5,6                                  |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 50            | 140                | 4           | 1           | 28,6        | 2,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>606</b>         | <b>18,4</b> | <b>21</b>   | <b>90,1</b> | <b>9</b>                             |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп из овощей с зеленью                         | 250           | 90                 | 1,7         | 5           | 9,5         | 1,0                                  |
| Гуляш из говядины                               | 100           | 146                | 10,6        | 10,5        | 2,4         | 0,2                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                      | 150           | 246                | 8,5         | 7,3         | 36,6        | 3,7                                  |
| Компот из кураги                                | 200           | 86                 | 1,1         | 0           | 13,2        | 1,2                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 26            | 55                 | 1,9         | 0,3         | 11,2        | 1,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>623</b>         | <b>23,8</b> | <b>23,1</b> | <b>72,9</b> | <b>7,2</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                    |             |             |             |                                      |
| Слойка с фруктовой начинкой 1/100               | 1шт           | 330                | 4,5         | 11,5        | 52,5        | 5,3                                  |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5,0         | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>44,70</b>  | <b>351</b>         | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b> | <b>5,8</b>                           |

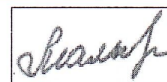
Инженер-технолог

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.