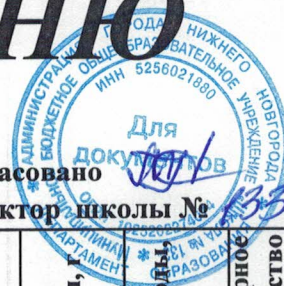


# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.04.26

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 сливочное                     | 10            | 66                         | 0,1         | 7,3         | 0,1            | 0,01                                          |
| Пудинг "Лакомка " с вареньем        | 150/25        | 366                        | 14,1        | 9,3         | 56,4           | 5,6                                           |
| 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 | 20            | 56                         | 1,6         | 0,4         | 11,4           | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>96,63</b>  | <b>571</b>                 | <b>16,5</b> | <b>17,6</b> | <b>86,6</b>    | <b>8,6</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 1/20                      | 1шт           | 110                        | 0,8         | 7           | 10,8           | 1,1                                           |
| 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 | 46            | 129                        | 3,7         | 0,9         | 26,3           | 2,6                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>115,96</b> | <b>797</b>                 | <b>27</b>   | <b>30,1</b> | <b>104,6</b>   | <b>10,4</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 13.04.26

Согласовано  
Директор школы № 133



| 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 сливочное                               | 10            | 66                         | 0,1         | 7,3         | 0,1            | 0,01                                         |
| Пудинг "Лакомка " с вареньем                  | 150/25        | 366                        | 14,1        | 9,3         | 56,4           | 5,6                                          |
| 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           | 20            | 56                         | 1,6         | 0,4         | 11,4           | 1,1                                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>96,63</b>  | <b>571</b>                 | <b>16,5</b> | <b>17,6</b> | <b>86,6</b>    | <b>8,6</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 1/20                                | 1шт           | 110                        | 0,8         | 7           | 10,8           | 1,1                                          |
| 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           | 46            | 129                        | 3,7         | 0,9         | 26,3           | 2,6                                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>115,96</b> | <b>797</b>                 | <b>27</b>   | <b>30,1</b> | <b>104,6</b>   | <b>10,4</b>                                  |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b> |               |                            |             |             |                |                                              |
| Плюшка домашняя 1/100                         | 1шт           | 357                        | 8,0         | 7           | 64             | 6,4                                          |
| Компот из ягод                                | 200           | 49                         | 0,2         | 0,1         | 12             | 1,2                                          |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>44,70</b>  | <b>406</b>                 | <b>8,2</b>  | <b>7,1</b>  | <b>76</b>      | <b>7,6</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 13.04.26

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                              | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Угле-<br>воды, 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                                           |
| Пудинг "Лакомка " с вареньем                    | 150/35        | 392                        | 14,1        | 12,6        | 59,7             | 5,9                                            |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                         | 0,2         | 0,1         | 5                | 0,5                                            |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 43            | 120                        | 3,4         | 0,9         | 24,6             | 2,5                                            |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>599</b>                 | <b>17,8</b> | <b>20,9</b> | <b>89,4</b>      | <b>8,9</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                | 36            | 76                         | 2,6         | 0,4         | 15,6             | 1,6                                            |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>644</b>                 | <b>24,5</b> | <b>23,2</b> | <b>77,3</b>      | <b>7,7</b>                                     |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                            |             |             |                  |                                                |
| Плюшка домашняя 1/100                           | 1 шт          | 357                        | 8           | 7           | 64               | 6,4                                            |
| Компот из ягод                                  | 200           | 49                         | 0,2         | 0,1         | 12               | 1,2                                            |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>44,70</b>  | <b>406</b>                 | <b>8,2</b>  | <b>7,1</b>  | <b>76</b>        | <b>7,6</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.

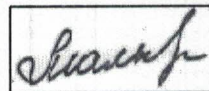
| Наименование блюда                  | Цена  | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>               |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Масло сливочное                     | 10,43 | 10        | 66                 | 0,1      | 7,3     | 0,1         | 0,01                                 |
| <b>Первые блюда</b>                 |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Суп из овощей с зеленью             | 14,56 | 250       | 90                 | 1,7      | 5,0     | 9,5         | 0,9                                  |
| <b>Вторые блюда</b>                 |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Пудинг " Лакомка " с вареньем       | 77,43 | 150/35    | 392                | 14,1     | 12,6    | 59,7        | 5,9                                  |
| Гуляш из говядины                   | 78,04 | 100       | 146                | 10,6     | 10,5    | 2,4         | 0,2                                  |
| <b>Гарниры</b>                      |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Каша гречневая рассыпчатая          | 13,20 | 180       | 296                | 10,2     | 8,8     | 44,1        | 4,4                                  |
| <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                                    |
| Компот из кураги                    | 8,57  | 200       | 86                 | 1,1      | 0,0     | 13,2        | 1,3                                  |
| Сок фруктовый                       | 11,92 | 200       | 41                 | 0,2      | 0,1     | 10,1        | 1                                    |
| <b>Хлеб</b>                         |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 2,64  | 25        | 53                 | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 1                                    |
| Батон витаминный с микронутриентами | 4,56  | 25        | 70                 | 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.