

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.04.26

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Оладьи-сэндвичи с варёной сгущёнкой с маслом	180/5	632	9,9	23	94,5	9,5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Яблоко	1 шт	65	0,5	0,5	14,4	1,4
Стоимость рациона	96,63	718	10,6	23,6	113,9	11,4
Обед 1-4 класс						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	72	1,4	3,9	7,9	0,8
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,1	1,5	0,1
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
В а ф л и 1/20	1шт	110	0,8	7	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,5	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	49	137	4	0,8	27,6	2,8
Стоимость рациона	115,96	783	27,1	30,1	101,1	10,1

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 22.04.26

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Оладьи-сэндвичи с варёной сгущёнкой с маслом	180/5	632	9,9	23	94,5	9,5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1 шт	65	0,5	0,5	14,4	1,4
Стоимость рациона	96,63	718	10,6	23,6	113,9	11,4
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	72	1,4	3,9	7,9	0,8
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,1	1,5	0,1
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
В а ф л и 1/20	1шт	110	0,8	7	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,5	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	49	137	4	0,8	27,6	2,8
Стоимость рациона	115,96	783	27,1	30,1	101,1	10,1
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	291	6,7	6,6	91	9,1

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 22.04.26

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Гуляш из индейки	100	130	7,2	10	2,9	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	38	107	3,0	0,7	21,5	2,2
Стоимость рациона	96,63	620	20,7	26,9	73,6	7,4
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона	115,96	730	26,5	27,8	93,5	9,4
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86,0	8,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	291	6,7	6,6	91	9,1

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.

Меню буфетной продукции на 22 АПРЕЛЯ 2026 г

Согласовано
Директор школы № 135

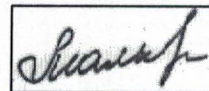
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	9,78	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Вторые блюда							
Оладьи-сэндвичи с варёной сгущёнкой с маслом	86,97	180/5	632	9,9	23,0	94,5	9,4
Котлета рыбная	52,84	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Гуляш из индейки	65	100	130	7,2	10,0	2,9	0,2
Гарниры							
Пюре картофельное	25,36	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,2	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Огурцы свежие (дпп.гарнир)	15,07	60	8	0,5	0,1	1,5	0,1
Напитки							
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 ягод	15,18	200	49	0,2	1,0	12	1,2
Чай с лимоном	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2	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.