

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.11.25

Согласовано  
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
<b>Завтрак 1-4 класс</b>					
Макароны с сыром	180	278	10,2	13,5	29
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16
Батон витаминный с микронутриентами	33	94	2,6	0,7	18
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>578</b>	<b>23</b>	<b>20,2</b>	<b>75</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>					
Суп сырный с гренками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10
Батон витаминный с микронутриентами	44	123	3,5	0,9	25
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>771</b>	<b>28,4</b>	<b>24</b>	<b>110</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 использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.11.25

Согласовано  
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Макароны с сыром	180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творог для детского питания 1/100	1 шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	33	94	2,6	0,7	18,9	1,9
<b>Стоимость рациона</b>		<b>578</b>	<b>23</b>	<b>20,2</b>	<b>75,6</b>	<b>7,5</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
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 яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	44	123	3,5	0,9	25,2	2,5
<b>Стоимость рациона</b>		<b>771</b>	<b>28,4</b>	<b>24</b>	<b>110,6</b>	<b>11,1</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1 шт	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>351</b>	<b>4,7</b>	<b>11,6</b>	<b>57,5</b>	<b>5,8</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 24.11.25

Согласовано  
Директор школы № 133



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Макароны с сыром	200	298	10,9	13,5	33	3,3
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	14	39	1,1	0,3	8	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>471</b>	<b>19,8</b>	<b>18,1</b>	<b>57,1</b>	<b>5,7</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
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
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	20	40	1,4	0,2	8,2	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>598</b>	<b>24,5</b>	<b>22,9</b>	<b>73,9</b>	<b>7,4</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	0,5
<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.



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<i>Холодные блюда</i>							
<i>Первые блюда</i>							
Суп сырный с гречками, зеленью	23,44	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
<i>Вторые блюда</i>							
Макароны с сыром	34,06	200	298	10,9	13,5	33	3,3
Гуляш из говядины	78,32	100	246	8,5	7,3	36,6	3,7
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	13,21	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
<i>Напитки</i>							
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 яблок	7,50	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Кофейный напиток быстрорастворимый	10,63	200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
<i>Хлеб</i>							
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  
Мальшева 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.