

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 12.02.25



| Наименование блюда                                      | Выход (г)     | Калорийность | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                                |               |              |             |             |                                      |
| Бутерброд горячий с сыром                               | 45            | 173,0        | 7,2         | 11,0        | 1,2                                  |
| Вермишель молочная                                      | 200           | 170,0        | 7,0         | 5,3         | 2,3                                  |
| Какао с молоком   | 200           | 124,0        | 3,6         | 3,0         | 2,1                                  |
| Яблоко  | 1шт           | 49,0         | 0,4         | 0,4         | 1,0                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                         | 31            | 74,0         | 2,2         | 0,7         | 1,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>91,33</b>  | <b>590,0</b> | <b>20,4</b> | <b>20,4</b> | <b>8,2</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                                   |               |              |             |             |                                      |
| Борщ "Сибирский" с говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 270           | 109,0        | 4,3         | 5,6         | 1,0                                  |
| Биточки домашние  | 100           | 198,0        | 13,8        | 11,3        | 1,0                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                              | 150           | 246,0        | 8,5         | 7,3         | 3,6                                  |
| Компот из кураги  | 200           | 86,0         | 1,0         | 0,0         | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами                         | 25            | 53,0         | 1,8         | 0,3         | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                         | 45            | 108,0        | 3,2         | 1,1         | 2,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>109,60</b> | <b>800,0</b> | <b>32,6</b> | <b>25,6</b> | <b>10,3</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 12.02.25



| Наименование блюда                                       | Выход (г)     | Калорийность | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>            |               |              |             |             |              |                                      |
| Масло шоколадное   | 10            | 65,0         | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 0,2                                  |
| Гуляш из говядины  | 100           | 121,0        | 8,2         | 8,6         | 2,8          | 0,3                                  |
| Вермишель отварная                                       | 180           | 212,0        | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,3                                  |
| Чай с сахаром  | 200           | 41,0         | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                          | 20            | 48,0         | 1,4         | 0,5         | 10,0         | 1,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                 | <b>91,33</b>  | <b>487,0</b> | <b>16,4</b> | <b>21,1</b> | <b>58,6</b>  | <b>5,8</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>               |               |              |             |             |              |                                      |
| Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 270           | 109,0        | 4,3         | 5,6         | 10,2         | 1,0                                  |
| Биточки домашние   | 100           | 198,0        | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1,0                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                               | 180           | 296,0        | 10,2        | 8,8         | 44,1         | 4,4                                  |
| Компот из кураги   | 200           | 86,0         | 1,0         | 0,0         | 13,2         | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                         | 25            | 53,0         | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                          | 40            | 96,0         | 2,8         | 1,0         | 20,0         | 2,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                 | <b>109,60</b> | <b>838,0</b> | <b>33,9</b> | <b>27,0</b> | <b>108,4</b> | <b>10,8</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>           |               |              |             |             |              |                                      |
| Пирожок печёный сдобный с рисом, яйцом                   | 100           | 379,0        | 18,1        | 19,3        | 32,9         | 3,2                                  |
| Кисломолочный напиток " Снежок "                         | 200           | 156,0        | 5,6         | 5,0         | 22,0         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                 | <b>42,25</b>  | <b>535,0</b> | <b>23,7</b> | <b>24,3</b> | <b>54,9</b>  | <b>5,4</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.

# Для ГПД ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 12.02.25



| Наименование блюда                                       | Выход (г)     | Калорийность | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                |               |              |             |             |              |                                      |
| Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 270           | 109,0        | 4,3         | 5,6         | 10,2         | 1,0                                  |
| Биточки домашние   | 100           | 198,0        | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1,0                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                               | 150           | 246,0        | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 3,6                                  |
| Компот из кураги   | 200           | 86,0         | 1,0         | 0,0         | 13,2         | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                         | 25            | 53,0         | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                          | 45            | 108,0        | 3,2         | 1,1         | 22,5         | 2,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                 | <b>109,60</b> | <b>800,0</b> | <b>32,6</b> | <b>25,6</b> | <b>103,4</b> | <b>10,3</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>            |               |              |             |             |              |                                      |
| Пирожок печёный сдобный с рисом, яйцом                   | 100           | 379,0        | 18,1        | 19,3        | 32,9         | 3,2                                  |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                           | 200           | 156,0        | 5,6         | 5,0         | 22,0         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                 | <b>42,25</b>  | <b>535,0</b> | <b>23,7</b> | <b>24,3</b> | <b>54,9</b>  | <b>5,4</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.