

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.10.25



| Наименование блюда                                      | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки<br>г  | Жиры<br>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                                          |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком               | 150/30        | 437                        | 25,7        | 20,1        | 38,2          | 3,8                                           |
| Б л о к о                                               | 1шт           | 49                         | 0,4         | 0,4         | 10,8          | 1,1                                           |
| Чай с сахаром                                           | 200           | 21                         | 0,2         | 0,1         | 5             | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 26            | 70                         | 2,0         | 0,5         | 14,3          | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>96,63</b>  | <b>643</b>                 | <b>28,4</b> | <b>28,4</b> | <b>68,4</b>   | <b>6,8</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                                   |               |                            |             |             |               |                                               |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью | 205           | 84                         | 1,7         | 4,7         | 8,7           | 0,9                                           |
| Печень по-строгановски                                  | 100           | 179                        | 13,7        | 10,5        | 7,5           | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                                      | 150           | 178                        | 5,4         | 4,9         | 27,9          | 2,8                                           |
| Сок фруктовый                                           | 200           | 41                         | 0,2         | 0,1         | 10,1          | 1,0                                           |
| Сочник с фруктовой начинкой 1/70                        | 1шт           | 289                        | 3,5         | 10,9        | 43,3          | 4,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                        | 25            | 53                         | 1,8         | 0,3         | 10,8          | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 38            | 106                        | 3           | 0,8         | 21,7          | 2,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>115,96</b> | <b>930</b>                 | <b>29,3</b> | <b>32,2</b> | <b>130,0</b>  | <b>13</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 02.10.25



| 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 5-11 класс (льготный/ платный )</b>          |               |                            |             |             |                |                                               |
| Биточки домашние                                        | 100           | 198                        | 13,8        | 11,3        | 10,1           | 1                                             |
| Каша гречневая рассыпчатая                              | 180           | 296                        | 10,2        | 8,8         | 44,1           | 4,4                                           |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                           | 25            | 5                          | 0,3         | 0,1         | 1              | 0,1                                           |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный               | 200           | 112                        | 0           | 0           | 28             | 2,8                                           |
| Печенье 1/20                                            | 1 шт          | 86                         | 1,5         | 2,8         | 13,6           | 1,4                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 29            | 81                         | 2,3         | 0,6         | 16,5           | 1,6                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>96,63</b>  | <b>778</b>                 | <b>28,1</b> | <b>23,6</b> | <b>113</b>     | <b>11,3</b>                                   |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>             |               |                            |             |             |                |                                               |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью | 255           | 106                        | 1,8         | 5,6         | 12             | 1,2                                           |
| Печень по-строгановски                                  | 100           | 179                        | 13,7        | 10,5        | 7,5            | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                                      | 180           | 212                        | 6,5         | 5,7         | 33,5           | 3,4                                           |
| Чай с сахаром                                           | 200           | 21                         | 0,2         | 0,1         | 5              | 0,5                                           |
| Сочник с фруктовой начинкой 1/70                        | 1шт           | 289                        | 3,5         | 10,9        | 43,3           | 4,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                        | 25            | 53                         | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 29            | 81                         | 2,3         | 0,6         | 16,5           | 1,6                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>115,96</b> | <b>941</b>                 | <b>29,8</b> | <b>33,7</b> | <b>128,6</b>   | <b>12,8</b>                                   |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>         |               |                            |             |             |                |                                               |
| Сдоба обыкновенная                                      | 100           | 266                        | 7,7         | 6           | 45,4           | 4,5                                           |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                          | 207           | 161                        | 5,7         | 5,1         | 22,7           | 2,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>44,70</b>  | <b>427</b>                 | <b>13,4</b> | <b>11,1</b> | <b>68,1</b>    | <b>6,8</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.

# Для ГПД

## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.10.25



| Наименование блюда                                      | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|---------------------------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>               |               |                            |             |             |              |                                               |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью | 205           | 84                         | 1,7         | 4,7         | 8,7          | 0,9                                           |
| Печень по-строгановски                                  | 100           | 179                        | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                                      | 150           | 178                        | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                           |
| Сок фруктовый                                           | 200           | 41                         | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                           |
| Сочник с фруктовой начинкой 1/70                        | 1 шт          | 289                        | 3,5         | 10,9        | 43,3         | 4,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                        | 25            | 53                         | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                     | 38            | 106                        | 3           | 0,8         | 21,7         | 2,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>115,96</b> | <b>930</b>                 | <b>29,3</b> | <b>32,2</b> | <b>130,0</b> | <b>13</b>                                     |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>           |               |                            |             |             |              |                                               |
| Сдоба обыкновенная                                      | 100           | 266                        | 7,7         | 6           | 45,4         | 4,5                                           |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                          | 207           | 161                        | 5,7         | 5,1         | 22,7         | 2,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>44,70</b>  | <b>427</b>                 | <b>13,4</b> | <b>11,1</b> | <b>68,1</b>  | <b>6,8</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.