

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.10.25



Согласовано
Директор школы №

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных |
|-------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|------------------------------|
| Завтрак 7-11 лет | | | | | | |
| Сыр плавленый 17,5 | 1шт | 38 | 1,6 | 3,1 | 1,1 | 0,1 |
| Омлет натуральный с маслом | 150/5 | 237 | 13,9 | 18,5 | 0 | 0 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 70 | 10 | 0,6 | 0,1 | 1,8 | 0,2 |
| Чай с сахаром | 200 | 21 | 0,2 | 0,1 | 5 | 0,5 |
| Я б л о к о | 1шт | 49 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 33 | 92 | 2,6 | 0,7 | 18,1 | 1,8 |
| | | 447 | 19,3 | 22,9 | 36,8 | 3,7 |
| Обед 7-11 лет | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом,зеленью | 200 | 122 | 4,7 | 4,4 | 15,7 | 1,6 |
| Плов из говядины | 150 | 214 | 8,6 | 8,6 | 25,7 | 2,6 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 60 | 8 | 0,5 | 0 | 1,5 | 0,1 |
| Сок фруктовый | 200 | 41 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1 |
| Кекс для детского питания 1/28 | 1шт | 124 | 1,7 | 6,2 | 15,7 | 1,6 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 33 | 92 | 2,6 | 0,7 | 18,1 | 1,8 |
| | | 654 | 20,1 | 20,3 | 97,6 | 9,7 |
| Стоимость рациона | 233,84 | 1181 | 39,4 | 43,2 | 134,4 | 13,4 |

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.