

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.01.26



| Наименование блюда                     | Выход (г)     | Калорийность | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|----------------------------------------|---------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>               |               |              |             |             |              |                                      |
| Масло шоколадное                       | 15            | 98           | 0,2         | 9,3         | 3,3          | 0,3                                  |
| Каша молочная "Дружба" с маслом        | 150/5         | 168          | 4,7         | 6,6         | 22,5         | 2,3                                  |
| Йогурт 1/100                           | 1шт           | 82           | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,2                                  |
| Чай с сахаром                          | 200           | 21           | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами    | 41            | 115          | 3,3         | 0,8         | 23,5         | 2,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>               | <b>96,63</b>  | <b>484</b>   | <b>11,2</b> | <b>19,6</b> | <b>65,8</b>  | <b>6,6</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                  |               |              |             |             |              |                                      |
| Бульон с куриным филе, гренок, зеленью | 25/15/200     | 102          | 9,5         | 0,8         | 14           | 1,4                                  |
| Биточки домашние                       | 100           | 198          | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1                                    |
| Вермишель отварная                     | 150           | 178          | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Компот из апельсинов                   | 200           | 69           | 0,2         | 0,1         | 17           | 1,7                                  |
| Я б л о к о                            | 1шт           | 62           | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами       | 20            | 42           | 1,4         | 0,2         | 8,6          | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами    | 25            | 70           | 2           | 0,5         | 14,3         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>               | <b>115,96</b> | <b>721</b>   | <b>32,8</b> | <b>18,3</b> | <b>105,6</b> | <b>10,6</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 20.01.26



| Наименование блюда                                      | Выход (г)     | Калорий-ность, ккал | Белки, г    | Жиры, г    | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|---------------------------------------------------------|---------------|---------------------|-------------|------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>          |               |                     |             |            |              |                                      |
| Блины "Домашние" со сгущённым молоком                   | 168/20        | 469                 | 11,5        | 26,4       | 46,3         | 4,6                                  |
| Пюре фруктовое 1/125                                    | 1шт           | 55                  | 0           | 0          | 13,8         | 1,4                                  |
| Чай с сахаром                                           | 200           | 21                  | 0,2         | 0,1        | 5            | 0,5                                  |
| Я б л о к о                                             | 1шт           | 62                  | 0,5         | 0,5        | 13,7         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>96,63</b>  | <b>607</b>          | <b>12,2</b> | <b>27</b>  | <b>78,8</b>  | <b>7,9</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>             |               |                     |             |            |              |                                      |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью                | 25/15/250     | 100                 | 9,5         | 0,8        | 13,7         | 1,4                                  |
| Биточки домашние                                        | 100           | 198                 | 13,8        | 11,3       | 10,1         | 1                                    |
| Вермишель отварная                                      | 180           | 212                 | 6,5         | 5,7        | 33,5         | 3,4                                  |
| Компот из апельсинов                                    | 200           | 69                  | 0,2         | 0,1        | 17           | 1,7                                  |
| 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         | 2,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>115,96</b> | <b>738</b>          | <b>34,8</b> | <b>19</b>  | <b>106,8</b> | <b>10,7</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>         |               |                     |             |            |              |                                      |
| Изделие сдобное " Ярмарочное с варёной сгущёнкой" 1/100 | 1шт           | 276                 | 7,3         | 5,2        | 50,1         | 5                                    |
| Чай с сахаром                                           | 200           | 21                  | 0,2         | 0,1        | 5            | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                | <b>44,70</b>  | <b>297</b>          | <b>7,5</b>  | <b>5,3</b> | <b>55,1</b>  | <b>5,5</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 20.01.26



| Наименование блюда                                     | Выход (г)     | Калорийность<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------------------------------|---------------|----------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>             |               |                      |             |             |              |                                      |
| Бульон с куриным филе , гренками,зеленью               | 25/15/200     | 102                  | 9,5         | 0,8         | 14           | 1,4                                  |
| Биточки домашние                                       | 100           | 198                  | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1                                    |
| Вермишель отварная                                     | 150           | 178                  | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Компот из апельсинов                                   | 200           | 69                   | 0,2         | 0,1         | 17           | 1,7                                  |
| Я б л о к о                                            | 1шт           | 62                   | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                       | 20            | 42                   | 1,4         | 0,2         | 8,6          | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                    | 25            | 70                   | 2           | 0,5         | 14,3         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>115,96</b> | <b>721</b>           | <b>32,8</b> | <b>18,3</b> | <b>105,6</b> | <b>10,6</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>         |               |                      |             |             |              |                                      |
| Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой" 1/100 | 1шт           | 276                  | 7,3         | 5,2         | 50,1         | 5                                    |
| Чай с сахаром                                          | 200           | 21                   | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>44,70</b>  | <b>297</b>           | <b>7,5</b>  | <b>5,3</b>  | <b>55,1</b>  | <b>5,5</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.