

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.03.26



| Наименование блюда                  | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц * |
|-------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|------------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>            |               |                         |             |             |              |                                                |
| Блины "Домашние" с вареньем         | 168/30        | 479                     | 10,1        | 24,7        | 54,2         | 5,4                                            |
| Пюре фруктовое 1/125                | 1 шт          | 55                      | 0           | 0           | 13,8         | 1,4                                            |
| Чай с сахаром                       | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                            |
| М а н д а р и н                     | 1 шт          | 42                      | 1           | 0,2         | 9            | 0,9                                            |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>96,63</b>  | <b>597</b>              | <b>11,3</b> | <b>25</b>   | <b>82</b>    | <b>8,2</b>                                     |
| <b>Обед 1-4 класс</b>               |               |                         |             |             |              |                                                |
| Суп сырный с гренками, зеленью      | 200/15        | 145                     | 3,8         | 4,8         | 21,7         | 2,1                                            |
| Ёжики " Аппетитные "                | 100/50        | 202                     | 11,3        | 11,8        | 12,9         | 1,3                                            |
| Пюре картофельное                   | 180           | 130                     | 3,8         | 6,3         | 14,5         | 1,5                                            |
| Напиток из шиповника                | 200           | 84                      | 0,7         | 0,3         | 19,6         | 1,9                                            |
| Я б л о к о                         | 1 шт          | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                            |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                            |
| Батон витаминный с микронутриентами | 48            | 134                     | 3,8         | 1           | 27,5         | 2,8                                            |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>115,96</b> | <b>797</b>              | <b>25,6</b> | <b>24,9</b> | <b>117,8</b> | <b>11,8</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.03.26



|                                                       |               |            |             |             |             |            |
|-------------------------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>        |               |            |             |             |             |            |
| Масло шоколадное                                      | 10            | 65         | 0,1         | 6,2         | 2,2         | 0,2        |
| Гуляш из говядины                                     | 100           | 121        | 8,2         | 8,6         | 2,8         | 0,3        |
| Рис отварной                                          | 180           | 220        | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 3,4        |
| Чай с лимоном                                         | 200/7         | 23         | 0,3         | 0,1         | 5,2         | 0,5        |
| Батон витаминный с микронутриентами                   | 20            | 56         | 1,6         | 0,4         | 11,4        | 1,1        |
| <b>Стоимость рациона</b>                              | <b>96,63</b>  | <b>485</b> | <b>14,6</b> | <b>22,8</b> | <b>55,3</b> | <b>5,5</b> |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>           |               |            |             |             |             |            |
| Суп сырный с гречками, зеленью                        | 250/15        | 164        | 4,3         | 5,8         | 23,7        | 2,4        |
| Ёжики " Аппетитные"                                   | 100/50        | 202        | 11,3        | 11,8        | 12,9        | 1,3        |
| Пюре картофельное                                     | 180           | 130        | 3,8         | 6,3         | 14,5        | 1,5        |
| Напиток из шиповника                                  | 200           | 84         | 0,7         | 0,3         | 19,6        | 1,9        |
| Хлеб полезный с микронутриентами                      | 25            | 53         | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1        |
| Батон витаминный с микронутриентами                   | 27            | 76         | 2,2         | 0,5         | 15,4        | 1,5        |
| <b>Стоимость рациона</b>                              | <b>115,96</b> | <b>709</b> | <b>24,1</b> | <b>25</b>   | <b>96,9</b> | <b>9,7</b> |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b>       |               |            |             |             |             |            |
| Сдоба "Аппетитная " с начинкой фруктово-ягодной 1/100 | 1шт           | 270        | 6,5         | 6,5         | 86          | 8,6        |
| Чай с сахаром                                         | 200           | 21         | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5        |
| <b>Стоимость рациона</b>                              | <b>44,70</b>  | <b>291</b> | <b>6,7</b>  | <b>6,6</b>  | <b>91</b>   | <b>9,1</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 04.03.26



| Наименование блюда                                    | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>             |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп сырный с гречками, зеленью                        | 200/15        | 145                     | 3,8         | 4,8         | 21,7         | 2,1                                           |
| Ёжики " Аппетитные "                                  | 100/50        | 202                     | 11,3        | 11,8        | 12,9         | 1,3                                           |
| Пюре картофельное                                     | 180           | 130                     | 3,8         | 6,3         | 14,5         | 1,5                                           |
| Напиток из шиповника                                  | 200           | 84                      | 0,7         | 0,3         | 19,6         | 1,9                                           |
| Я б л о к о                                           | 1 шт          | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                      | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                   | 48            | 134                     | 3,8         | 1           | 27,5         | 2,8                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                              | <b>115,96</b> | <b>797</b>              | <b>25,6</b> | <b>24,9</b> | <b>117,8</b> | <b>11,8</b>                                   |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>         |               |                         |             |             |              |                                               |
| Сдоба "Аппетитная " с начинкой фруктово-ягодной 1/100 | 1 шт          | 270                     | 6,5         | 6,5         | 86           | 8,6                                           |
| Чай с сахаром                                         | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                              | <b>44,70</b>  | <b>291</b>              | <b>6,7</b>  | <b>6,6</b>  | <b>91</b>    | <b>9,1</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.