

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.09.24

Согласовано  
Директор школы № 1

| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных |
|-----------------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|----------------|------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                            |             |             |                |                                    |
| Масло шоколадное                              | 10            | 65,0                       | 0,1         | 6,2         | 2,2            | 0,1                                |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком     | 150/30        | 437,0                      | 25,7        | 20,1        | 38,2           | 3,2                                |
| Чай с сахаром                                 | 200           | 41,0                       | 0,2         | 0,1         | 10,1           | 0,8                                |
| Я б л о к о                                   | 1шт           | 49,0                       | 0,4         | 0,4         | 10,8           | 0,9                                |
| Батон, обогащенный йодоказенном               | 30            | 72,0                       | 2,2         | 0,7         | 15,0           | 1,3                                |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>91,33</b>  | <b>664,0</b>               | <b>28,6</b> | <b>27,5</b> | <b>76,3</b>    | <b>6,3</b>                         |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                            |             |             |                |                                    |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью    | 260           | 127,0                      | 8,8         | 4,1         | 14,5           | 1,2                                |
| Гуляш из говядины                             | 100           | 134,0                      | 6,4         | 9,5         | 2,6            | 0,2                                |
| Рожки отварные                                | 150           | 178,0                      | 5,4         | 4,9         | 27,9           | 2,3                                |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                 | 45            | 10,0                       | 0,5         | 0,1         | 1,7            | 0,1                                |
| Компот из кураги                              | 200           | 86,0                       | 1,0         | 0,0         | 13,2           | 1,1                                |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 25            | 53,0                       | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 0,9                                |
| Батон, обогащенный йодоказенном               | 27            | 65,0                       | 1,9         | 0,6         | 13,5           | 1,1                                |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>109,60</b> | <b>653,0</b>               | <b>25,8</b> | <b>19,5</b> | <b>84,2</b>    | <b>6,9</b>                         |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b> |               |                            |             |             |                |                                    |
| Сок фруктовый                                 | 201           | 90,4                       | 0,0         | 0,0         | 22,5           | 1,8                                |
| Х а ч а п у р и                               | 100           | 298,0                      | 12,8        | 15,0        | 27,8           | 2,3                                |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>42,25</b>  | <b>388,4</b>               | <b>12,8</b> | <b>15,0</b> | <b>50,3</b>    | <b>4,1</b>                         |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

*Сканируемый код*

\* - 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 10.09.24

Согласовано  
Директор школы № 124

| Наименование блюда                         | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных |
|--------------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|----------------|------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                   |               |                            |             |             |                |                                    |
| Масло шоколадное                           | 10            | 65,0                       | 0,1         | 6,2         | 2,2            | 0,1                                |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком  | 150/30        | 437,0                      | 25,7        | 20,1        | 38,2           | 3,2                                |
| Чай с сахаром                              | 200           | 41,0                       | 0,2         | 0,1         | 10,1           | 0,8                                |
| Я б л о к о                                | 1шт           | 49,0                       | 0,4         | 0,4         | 10,8           | 0,9                                |
| Батон, обогащенный йодоказеином            | 30            | 72,0                       | 2,2         | 0,7         | 15,0           | 1,3                                |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>91,33</b>  | <b>664,0</b>               | <b>28,6</b> | <b>27,5</b> | <b>76,3</b>    | <b>6,3</b>                         |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                      |               |                            |             |             |                |                                    |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 260           | 127,0                      | 8,8         | 4,1         | 14,5           | 1,2                                |
| Гуляш из говядины                          | 100           | 134,0                      | 6,4         | 9,5         | 2,6            | 0,2                                |
| Рожки отварные                             | 150           | 178,0                      | 5,4         | 4,9         | 27,9           | 2,3                                |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)              | 45            | 10,0                       | 0,5         | 0,1         | 1,7            | 0,1                                |
| Компот из кураги                           | 200           | 86,0                       | 1,0         | 0,0         | 13,2           | 1,1                                |
| Хлеб полезный с микронутриентами           | 25            | 53,0                       | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 0,9                                |
| Батон, обогащенный йодоказеином            | 27            | 65,0                       | 1,9         | 0,6         | 13,5           | 1,1                                |
| <b>Стоимость рациона</b>                   | <b>109,60</b> | <b>653,0</b>               | <b>25,8</b> | <b>19,5</b> | <b>84,2</b>    | <b>6,9</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.

| Наименование блюда                         | Цена  | Выход (г) | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|--------------------------------------------|-------|-----------|----------------------------|----------|---------|----------------|-----------------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                      |       |           |                            |          |         |                |                                               |
| Масло шоколадное                           | 9,75  | 10        | 65,0                       | 0,1      | 6,2     | 2,2            | 0,1                                           |
| <b>Первые блюда</b>                        |       |           |                            |          |         |                |                                               |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 25,97 | 260       | 127,0                      | 8,8      | 4,1     | 14,5           | 1,2                                           |
| <b>Вторые блюда</b>                        |       |           |                            |          |         |                |                                               |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком  | 73,01 | 150/30    | 437,0                      | 25,7     | 20,1    | 38,2           | 3,2                                           |
| Котлета куриная                            | 42,69 | 100       | 229,0                      | 20,2     | 9,0     | 16,8           | 1,4                                           |
| Гуляш из говядины                          | 63,30 | 100       | 134,0                      | 6,4      | 9,5     | 2,6            | 0,2                                           |
| <b>Гарниры</b>                             |       |           |                            |          |         |                |                                               |
| Рожки отварные                             | 10,28 | 150       | 178,0                      | 5,4      | 4,9     | 27,9           | 2,3                                           |
| Пюре картофельное                          | 21,80 | 150       | 108,0                      | 3,1      | 5,2     | 12,1           | 1,0                                           |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)              | 10,19 | 45        | 10,0                       | 0,5      | 0,1     | 1,7            | 0,1                                           |
| <b>Напитки</b>                             |       |           |                            |          |         |                |                                               |
| Чай с сахаром                              | 1,69  | 200       | 41,0                       | 0,2      | 0,1     | 10,1           | 0,8                                           |
| Чай без сахара                             | 0,67  | 200       | 2,0                        | 0,2      | 0,1     | 0,1            | 0,0                                           |
| Компот из кураги                           | 7,71  | 200       | 86,0                       | 1,0      | 0,0     | 13,2           | 1,1                                           |
| <b>Хлеб</b>                                |       |           |                            |          |         |                |                                               |
| Хлеб полезный с микронутриентами           | 2,00  | 25        | 53,0                       | 1,8      | 0,3     | 10,8           | 0,9                                           |
| Батон, обогащенный йодоказеином            | 3,96  | 25        | 60,0                       | 1,8      | 0,6     | 12,5           | 1,0                                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р  
Малышева Г.А.

*С.А.С.*

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 10.09.24



| Наименование блюда                              | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных |
|-------------------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|----------------|------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                            |             |             |                |                                    |
| Котлета куриная                                 | 100           | 229,0                      | 20,2        | 9,0         | 16,8           | 1,4                                |
| Пюре картофельное                               | 180           | 130,0                      | 3,8         | 6,3         | 14,5           | 1,2                                |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 41,0                       | 0,2         | 0,1         | 10,1           | 0,8                                |
| Я б л о к о                                     | 1 шт          | 49,0                       | 0,4         | 0,4         | 10,8           | 0,9                                |
| Батон, обогащенный йодоказенном                 | 44            | 105,6                      | 3,2         | 1,1         | 22,0           | 1,8                                |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>91,33</b>  | <b>554,6</b>               | <b>27,8</b> | <b>16,9</b> | <b>74,2</b>    | <b>6,1</b>                         |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                            |             |             |                |                                    |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью      | 260           | 127,0                      | 8,8         | 4,1         | 14,5           | 1,2                                |
| Гуляш из говядины                               | 100           | 134,0                      | 6,4         | 9,5         | 2,6            | 0,2                                |
| Рожки отварные                                  | 180           | 212,0                      | 6,5         | 5,7         | 33,5           | 2,8                                |
| Компот из кураги                                | 200           | 86,0                       | 1,0         | 0,0         | 13,2           | 1,1                                |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 25            | 53,0                       | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 0,9                                |
| Батон, обогащенный йодоказенном                 | 20            | 48,0                       | 1,4         | 0,5         | 10,0           | 0,8                                |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>109,60</b> | <b>660,0</b>               | <b>25,9</b> | <b>20,1</b> | <b>84,6</b>    | <b>7,0</b>                         |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                            |             |             |                |                                    |
| Сок фруктовый                                   | 201           | 90,4                       | 0,0         | 0,0         | 22,5           | 1,8                                |
| Х а ч а п у р и                                 | 100           | 298,0                      | 12,8        | 15,0        | 27,8           | 2,3                                |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>42,25</b>  | <b>388,4</b>               | <b>12,8</b> | <b>15,0</b> | <b>50,3</b>    | <b>4,1</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.