

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 17.10.24

Согласовано  
Директор школы №

| 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>  |               |                            |             |             |                |                                               |
| Гуляш из говядины                              | 100           | 121,0                      | 8,2         | 8,6         | 2,8            | 0,3                                           |
| Булгур отварной                                | 180           | 259,0                      | 4,4         | 7,6         | 34,2           | 3,4                                           |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный      | 200           | 112,0                      | 0,0         | 0,0         | 28,0           | 2,8                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 34            | 95,0                       | 2,7         | 0,7         | 19,4           | 1,9                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>91,33</b>  | <b>587,0</b>               | <b>15,3</b> | <b>16,9</b> | <b>84,4</b>    | <b>8,4</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                            |             |             |                |                                               |
| Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью | 260           | 111,0                      | 4,8         | 4,0         | 14,0           | 1,4                                           |
| Голубцы из индейки с цветной капустой          | 108/50        | 197,0                      | 8,1         | 13,7        | 10,3           | 1,0                                           |
| Пюре картофельное                              | 180           | 130,0                      | 3,8         | 6,3         | 14,5           | 1,5                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 41,0                       | 0,2         | 0,1         | 10,1           | 1,0                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53,0                       | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 25            | 70,0                       | 2,0         | 0,5         | 14,3           | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>109,60</b> | <b>602,0</b>               | <b>20,7</b> | <b>24,9</b> | <b>74,0</b>    | <b>7,4</b>                                    |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                            |             |             |                |                                               |
| Пирожок печеный сдобный с мясом, луком         | 75            | 195,0                      | 9,7         | 9,3         | 18,2           | 1,8                                           |
| Компот из яблок                                | 200           | 58,0                       | 0,2         | 0,2         | 13,9           | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>42,25</b>  | <b>253,0</b>               | <b>9,9</b>  | <b>9,5</b>  | <b>32,1</b>    | <b>3,2</b>                                    |

Инженер-технолог

Горячина 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 17.10.24

Согласовано  
Директор школы №

| 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 1-4 класс</b>                       |               |                            |             |             |                |                                               |
| Бутерброд горячий с сыром                      | 45            | 173,0                      | 7,2         | 11,0        | 11,5           | 1,1                                           |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                | 200/5         | 228,0                      | 6,2         | 8,5         | 31,6           | 3,2                                           |
| Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100          | 1шт           | 75,0                       | 2,8         | 3,2         | 8,0            | 0,8                                           |
| Какао с молоком                                | 200           | 124,0                      | 3,6         | 3,0         | 20,8           | 2,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 20            | 56,0                       | 1,6         | 0,4         | 11,4           | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>91,33</b>  | <b>656,0</b>               | <b>21,4</b> | <b>26,1</b> | <b>83,3</b>    | <b>8,3</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                          |               |                            |             |             |                |                                               |
| Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью | 260           | 111,0                      | 4,8         | 4,0         | 14,0           | 1,4                                           |
| Голубцы из индейки с цветной капустой          | 108/50        | 197,0                      | 8,1         | 13,7        | 10,3           | 1,0                                           |
| Пюре картофельное                              | 150           | 108,0                      | 3,1         | 5,2         | 12,1           | 1,2                                           |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)                     | 60            | 8,0                        | 0,5         | 0,0         | 1,5            | 0,1                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 41,0                       | 0,2         | 0,1         | 10,1           | 1,0                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53,0                       | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 24            | 67,2                       | 1,9         | 0,5         | 13,7           | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>109,60</b> | <b>585,2</b>               | <b>20,4</b> | <b>23,8</b> | <b>72,5</b>    | <b>7,2</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 17.10.24

Согласовано  
Директор школы №

| 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 1-4 класс (льготный/ платный)</b>   |               |                            |             |             |                |                                               |
| Бутерброд горячий с сыром                      | 45            | 173,0                      | 7,2         | 11,0        | 11,5           | 1,1                                           |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                | 200/5         | 228,0                      | 6,2         | 8,5         | 31,6           | 3,2                                           |
| Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100          | 1шт           | 75,0                       | 2,8         | 3,2         | 8,0            | 0,8                                           |
| Какао с молоком                                | 200           | 124,0                      | 3,6         | 3,0         | 20,8           | 2,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 20            | 56,0                       | 1,6         | 0,4         | 11,4           | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>91,33</b>  | <b>656,0</b>               | <b>21,4</b> | <b>26,1</b> | <b>83,3</b>    | <b>8,3</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>      |               |                            |             |             |                |                                               |
| Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью | 260           | 111,0                      | 4,8         | 4,0         | 14,0           | 1,4                                           |
| Голубцы из индейки с цветной капустой          | 108/50        | 197,0                      | 8,1         | 13,7        | 10,3           | 1,0                                           |
| Пюре картофельное                              | 150           | 108,0                      | 3,1         | 5,2         | 12,1           | 1,2                                           |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)                     | 60            | 8,0                        | 0,5         | 0,0         | 1,5            | 0,1                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 41,0                       | 0,2         | 0,1         | 10,1           | 1,0                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53,0                       | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 24            | 67,2                       | 1,9         | 0,5         | 13,7           | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>109,60</b> | <b>585,2</b>               | <b>20,4</b> | <b>23,8</b> | <b>72,5</b>    | <b>7,2</b>                                    |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>  |               |                            |             |             |                |                                               |
| Сок фруктовый                                  | 209           | 94,0                       | 0,0         | 0,0         | 23,4           | 2,3                                           |
| Печенье "Двойная радость" 1/50                 | 1шт           | 235,0                      | 2,5         | 11,0        | 31,5           | 3,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>42,25</b>  | <b>329,0</b>               | <b>2,5</b>  | <b>11,0</b> | <b>54,9</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.

| 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>                          |       |           |                            |          |         |                |                                              |
| Бутерброд горячий с сыром                      | 27,83 | 45        | 173,0                      | 7,2      | 11,0    | 11,5           | 1,1                                          |
| <b>Первые блюда</b>                            |       |           |                            |          |         |                |                                              |
| Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью | 25,96 | 260       | 111,0                      | 4,8      | 4,0     | 14,0           | 1,4                                          |
| <b>Вторые блюда</b>                            |       |           |                            |          |         |                |                                              |
| Каша молочная " Дружба" с маслом               | 21,01 | 200/5     | 228,0                      | 6,2      | 8,5     | 31,6           | 3,2                                          |
| Голубцы из индейки с цветной капустой          | 57,67 | 108/50    | 197,0                      | 8,1      | 13,7    | 10,3           | 1,0                                          |
| Гуляш из говядины                              | 55,21 | 100       | 121,0                      | 8,2      | 8,6     | 2,8            | 0,3                                          |
| <b>Гарниры</b>                                 |       |           |                            |          |         |                |                                              |
| Пюре картофельное                              | 26,51 | 180       | 130,0                      | 3,8      | 6,3     | 14,5           | 1,5                                          |
| Булгур отварной                                | 22,87 | 180       | 259,0                      | 4,4      | 7,6     | 34,2           | 3,4                                          |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)                    | 10,88 | 60        | 8,0                        | 0,5      | 0,0     | 1,5            | 0,1                                          |
| <b>Напитки</b>                                 |       |           |                            |          |         |                |                                              |
| Чай с сахаром                                  | 1,69  | 200       | 41,0                       | 0,2      | 0,1     | 10,1           | 1,0                                          |
| Чай без сахара                                 | 0,67  | 200       | 2,0                        | 0,2      | 0,1     | 0,1            | 0,0                                          |
| Какао с молоком                                | 16,24 | 200       | 124,0                      | 3,6      | 3,0     | 20,8           | 2,1                                          |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный      | 8,61  | 200       | 112,0                      | 0,0      | 0,0     | 28,0           | 2,8                                          |
| <b>Хлеб</b>                                    |       |           |                            |          |         |                |                                              |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 2,00  | 25        | 53,0                       | 1,8      | 0,3     | 10,8           | 1,1                                          |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 3,50  | 25        | 70,0                       | 2,0      | 0,5     | 14,3           | 1,4                                          |

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято  
р  
Малышева Г.А.

*С.А.А.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.