

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.12.24

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                             | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Пудинг "Лакомка" с клубничным вареньем         | 200/25        | 486,0              | 20,9        | 14,3        | 68,6         | 6,9                                  |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 30            | 84,0               | 2,4         | 0,6         | 17,2         | 1,7                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>91,33</b>  | <b>611,0</b>       | <b>23,5</b> | <b>15,0</b> | <b>95,9</b>  | <b>9,6</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп сырный с гречками, зеленью                 | 250/15        | 164,0              | 4,3         | 5,8         | 23,7         | 2,3                                  |
| Гуляш из говядины                              | 100           | 121,0              | 8,2         | 8,6         | 2,8          | 0,3                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                     | 180           | 296,0              | 10,2        | 8,8         | 44,1         | 4,4                                  |
| Сок фруктовый                                  | 200           | 90,0               | 0,0         | 0,0         | 22,4         | 2,2                                  |
| 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>794,0</b>       | <b>26,5</b> | <b>24,0</b> | <b>118,1</b> | <b>11,8</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Пицца сырная                                   | 100           | 353,0              | 14,4        | 17,1        | 35,3         | 3,5                                  |
| Напиток из шиповника                           | 200           | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6         | 2,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>42,25</b>  | <b>457,0</b>       | <b>15,1</b> | <b>17,4</b> | <b>59,9</b>  | <b>6,0</b>                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

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.

Меню учителя на 16 ДЕКАБРЯ 24г

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                      | Цена  | Выход (г) | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц |
|-----------------------------------------|-------|-----------|-------------------------|----------|---------|-------------|----------------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                   |       |           |                         |          |         |             |                                              |
| Масло шоколадное                        | 15,62 | 15        | 98,0                    | 0,2      | 9,3     | 3,3         | 0,3                                          |
| <b>Первые блюда</b>                     |       |           |                         |          |         |             |                                              |
| Суп сырный с гречками, зеленью          | 26,19 | 250/15    | 164,0                   | 4,3      | 5,8     | 23,7        | 2,4                                          |
| <b>Вторые блюда</b>                     |       |           |                         |          |         |             |                                              |
| Пудинг " Лакомка" с клубничным вареньем | 67,97 | 150/30    | 379,0                   | 14,1     | 12,6    | 56,4        | 5,6                                          |
| Гуляш из говядины                       | 64,02 | 100       | 121,0                   | 8,2      | 8,6     | 2,8         | 0,3                                          |
| <b>Гарниры</b>                          |       |           |                         |          |         |             |                                              |
| Каша гречневая рассыпчатая              | 14,78 | 180       | 296,0                   | 10,2     | 8,8     | 44,1        | 4,4                                          |
| <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                                          |
| Сок фруктовый                           | 11,17 | 200       | 90,0                    | 0,0      | 0,0     | 22,4        | 2,2                                          |
| <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.

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 16.12.24

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|-----------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло шоколадное                              | 15            | 98,0               | 0,2         | 9,3         | 3,3          | 0,3                                  |
| Пудинг " Лакомка" с клубничным вареньем       | 150/30        | 379,0              | 14,1        | 12,6        | 56,4         | 5,6                                  |
| Чай с сахаром                                 | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                  |
| Яблоко                                        | 1шт           | 51,0               | 0,5         | 0,5         | 11,3         | 1,2                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 23            | 64,0               | 1,8         | 0,5         | 13,2         | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>91,33</b>  | <b>633,0</b>       | <b>16,8</b> | <b>23,0</b> | <b>94,3</b>  | <b>9,4</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп сырный с гренками, зеленью                | 250/15        | 164,0              | 4,3         | 5,8         | 23,7         | 2,3                                  |
| Гуляш из говядины                             | 100           | 121,0              | 8,2         | 8,6         | 2,8          | 0,3                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                    | 150           | 246,0              | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 3,7                                  |
| Сок фруктовый                                 | 200           | 90,0               | 0,0         | 0,0         | 22,4         | 2,2                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 38            | 80,5               | 2,7         | 0,5         | 16,4         | 1,6                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 50            | 140,0              | 4,0         | 1,0         | 28,6         | 2,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>109,60</b> | <b>841,5</b>       | <b>27,7</b> | <b>23,2</b> | <b>130,5</b> | <b>13,0</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Плюшка с сахаром                              | 80            | 248,0              | 5,3         | 8,0         | 38,8         | 3,9                                  |
| Йогурт фруктовый питьевой                     | 202           | 75,7               | 3,0         | 2,8         | 9,6          | 0,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>42,25</b>  | <b>323,7</b>       | <b>8,3</b>  | <b>10,8</b> | <b>48,4</b>  | <b>4,8</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 16.12.24

Согласовано  
Директор школы №



| 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>                |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло шоколадное                        | 15            | 98,0                    | 0,2         | 9,3         | 3,3          | 0,3                                           |
| Пудинг " Лакомка" с клубничным вареньем | 150/30        | 379,0                   | 14,1        | 12,6        | 56,4         | 5,6                                           |
| Чай с сахаром                           | 200           | 41,0                    | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                           |
| Я б л о к о                             | 1 шт          | 51,0                    | 0,5         | 0,5         | 11,3         | 1,2                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 23            | 64,0                    | 1,8         | 0,5         | 13,2         | 1,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                | <b>91,33</b>  | <b>633,0</b>            | <b>16,8</b> | <b>23,0</b> | <b>94,3</b>  | <b>9,4</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                   |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп сырный с гречками, зеленью          | 250/15        | 164,0                   | 4,3         | 5,8         | 23,7         | 2,3                                           |
| Гуляш из говядины                       | 100           | 121,0                   | 8,2         | 8,6         | 2,8          | 0,3                                           |
| Каша гречневая рассыпчатая              | 150           | 246,0                   | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 3,7                                           |
| Сок фруктовый                           | 200           | 90,0                    | 0,0         | 0,0         | 22,4         | 2,2                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами        | 38            | 80,5                    | 2,7         | 0,5         | 16,4         | 1,6                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 50            | 140,0                   | 4,0         | 1,0         | 28,6         | 2,9                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                | <b>109,60</b> | <b>841,5</b>            | <b>27,7</b> | <b>23,2</b> | <b>130,5</b> | <b>13,0</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.