

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.10.25

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционно	15	53	3,5	4,4	0	0
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,3
Й о г у р т 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	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	470	13	21,3	56,6	5,7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп Минестроне	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51	1,7	0,6	10,4	1,0
Стоимость рациона	115,96	631	26,8	18,2	83,1	8,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Маковый рулетик посыпной	100	301	8,6	10,8	42,3	4,2
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	434	9,7	11,5	72,7	7,2

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 23.10.25

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционно	15	53	3,5	4,4	0	0
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	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	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	470	13	21,3	56,6	5,7
Обед 1-4 класс						
Суп Минестроне	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51	1,7	0,6	10,4	1,0
Стоимость рациона	115,96	631	26,8	18,2	83,1	8,3

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 23.10.25

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Блины "Домашние " со сгущённым молоком	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Пюре фруктовое 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	96,63	627	12,8	27,7	81,5	8,2
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп Минестроне	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64	2,2	0,4	12,9	1,3
Стоимость рациона	115,96	595	26,9	17,6	74,8	7,5
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Маковый рулетик посыпной	100	301	8,6	10,8	42,3	4,2
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
Стоимость рациона	44,70	434	9,7	11,5	72,7	7,2

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.

Меню учителя на 23 ОКТЯБРЯ 25 г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	13,81	15	53	3,5	4,4	0	0
Первые блюда							
Суп Минестроне	21,75	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Вторые блюда							
Каша молочная рисовая с маслом	16,76	150/5	163	4,0	6,1	22,8	2,3
Блины "Домашние " со сгущённым молоком	56,77	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Фишболы в сырном соусе	71,81	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Гарниры							
Рожки отварные	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	3,65	20	3	0,2	0,02	0,5	0,1
Напитки							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Компот из кураги	8,57	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Хлеб							
Хлеб полезный с микроэлементами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микроэлементами	4,56	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р

Малышева Г.А.

С.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.