

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.01.26



| Наименование блюда                                     | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>          |               |                    |             |             |              |                                      |
| Бутерброд горячий с сыром                              | 45            | 173                | 7,2         | 11          | 11,5         | 1,1                                  |
| Каша молочная пшённая с маслом                         | 150/5         | 164                | 4,9         | 6,6         | 21,5         | 2,2                                  |
| Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100            | 1шт           | 75                 | 2,8         | 3,2         | 8            | 0,8                                  |
| Какао с молоком                                        | 200           | 124                | 3,6         | 3           | 20,8         | 2,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                    | 23            | 64                 | 1,8         | 0,5         | 13,2         | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>96,63</b>  | <b>600</b>         | <b>20,3</b> | <b>24,3</b> | <b>75</b>    | <b>7,5</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>             |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп Минестроне                                         | 200           | 90                 | 2,4         | 4,2         | 10,8         | 1,1                                  |
| Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе           | 100           | 140                | 13,6        | 8           | 3,3          | 0,3                                  |
| Рожки отварные                                         | 150           | 178                | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,7                                  |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный              | 200           | 112                | 0           | 0           | 28           | 2,8                                  |
| Я б л о к о                                            | 1шт           | 62                 | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                       | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                    | 54            | 151                | 4,3         | 1,1         | 30,9         | 3,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>115,96</b> | <b>786</b>         | <b>28</b>   | <b>19</b>   | <b>125,4</b> | <b>12,5</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>         |               |                    |             |             |              |                                      |
| Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100 | 1шт           | 276                | 7,3         | 5,2         | 50,1         | 5                                    |
| Чай с сахаром                                          | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>44,70</b>  | <b>297</b>         | <b>7,5</b>  | <b>5,3</b>  | <b>55,1</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.01.26



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 5-11 класс (льготный/ платный)</b>          |               |                         |             |             |              |                                               |
| Тефтели мясные в соусе томатном                        | 100/50        | 264                     | 13,8        | 16,6        | 15           | 1,5                                           |
| Каша гречневая рассыпчатая                             | 180           | 296                     | 10,2        | 8,8         | 44,1         | 4,4                                           |
| Какао с молоком                                        | 200           | 124                     | 3,6         | 3           | 20,8         | 2,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                    | 56            | 156                     | 4,4         | 1,1         | 32           | 3,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>96,63</b>  | <b>840</b>              | <b>32</b>   | <b>29,5</b> | <b>112</b>   | <b>11,2</b>                                   |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>             |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп Минестроне                                         | 250           | 113                     | 3           | 5,2         | 13,5         | 1,4                                           |
| Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе           | 100           | 140                     | 13,6        | 8           | 3,3          | 0,3                                           |
| Рожки отварные                                         | 180           | 212                     | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,3                                           |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный              | 200           | 112                     | 0           | 0           | 28           | 2,8                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                       | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                    | 43            | 120                     | 3,4         | 0,9         | 24,6         | 2,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>115,96</b> | <b>750</b>              | <b>28,3</b> | <b>20,1</b> | <b>113,7</b> | <b>11,4</b>                                   |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>         |               |                         |             |             |              |                                               |
| Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100 | 1шт           | 276                     | 7,3         | 5,2         | 50,1         | 5                                             |
| Чай с сахаром                                          | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>44,70</b>  | <b>297</b>              | <b>7,5</b>  | <b>5,3</b>  | <b>55,1</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.