

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.01.25

Согласовано *Алексеева*  
Директор школы №

| Наименование блюда                 | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>           |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло шоколадное                   | 10            | 65,0               | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 0,2                                  |
| Пудинг " Лакомка" с 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                        | 1шт           | 49,0               | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами | 38            | 106,4              | 3,0         | 0,8         | 21,7         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>           | <b>91,33</b>  | <b>640,4</b>       | <b>17,8</b> | <b>20,1</b> | <b>101,2</b> | <b>10,1</b>                          |
| <b>Обед 1-4 класс</b>              |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп сырный с гречками, зеленью     | 250/15        | 173,0              | 6,1         | 6,3         | 22,8         | 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         | 3,6                                  |
| Компот из кураги                   | 200           | 86,0               | 1,0         | 0,0         | 13,2         | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами    | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами | 34            | 95,2               | 2,7         | 0,7         | 19,4         | 1,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>           | <b>109,60</b> | <b>774,2</b>       | <b>28,3</b> | <b>23,2</b> | <b>105,6</b> | <b>10,5</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 13.01.25

Согласовано  
Директор школы № 16



| 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 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            | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>91,33</b>  | <b>597,0</b>       | <b>23,1</b> | <b>14,9</b> | <b>93,0</b>  | <b>9,3</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп сырный с гренками, зеленью                 | 250/15        | 173,0              | 6,1         | 6,3         | 22,8         | 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                                  |
| Компот из кураги                               | 200           | 86,0               | 1,0         | 0,0         | 13,2         | 1,3                                  |
| 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>799,0</b>       | <b>29,3</b> | <b>24,5</b> | <b>108,0</b> | <b>10,8</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Пирожок печеный сдобный с творогом             | 90            | 219,0              | 10,8        | 8,4         | 25,1         | 2,5                                  |
| Сок фруктовый                                  | 204           | 94,0               | 1,0         | 0,2         | 20,6         | 2,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>42,25</b>  | <b>313,0</b>       | <b>11,8</b> | <b>8,6</b>  | <b>45,7</b>  | <b>4,6</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.