

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 17.11.25

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>            |               |                         |             |             |              |                                               |
| Сыр порционно                       | 20            | 71                      | 4,6         | 5,8         | 0            | 0                                             |
| Масло сливочное                     | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Омлет натуральный                   | 150           | 199                     | 13,9        | 14,4        | 3,4          | 0,3                                           |
| М а н д а р и н                     | 1 шт          | 42                      | 1           | 0,2         | 9            | 0,9                                           |
| Чай с лимоном                       | 200/7         | 23                      | 0,3         | 0,1         | 5,2          | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30            | 85                      | 2,4         | 0,6         | 17,2         | 1,7                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>96,63</b>  | <b>486</b>              | <b>22,3</b> | <b>28,4</b> | <b>34,9</b>  | <b>3,4</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>               |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп картофельный с горохом, зеленью | 200           | 122                     | 4,7         | 4,4         | 15,7         | 1,6                                           |
| Плов из говядины                    | 150           | 214                     | 8,6         | 8,6         | 25,7         | 2,6                                           |
| Икра кабачковая (доп. гарнир)       | 50            | 39                      | 0,6         | 2,4         | 3,9          | 0,3                                           |
| Сок фруктовый                       | 200           | 41                      | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                           |
| Кекс для детского питания 1/28      | 1 шт          | 124                     | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 1,6                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами | 48            | 134                     | 3,8         | 1           | 27,5         | 2,7                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>115,96</b> | <b>727</b>              | <b>21,4</b> | <b>23</b>   | <b>109,4</b> | <b>10,9</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 17.11.25

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>  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло сливочное                                | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Омлет натуральный                              | 200           | 266                     | 18,6        | 19,2        | 4,6          | 0,4                                           |
| Я б л о к о                                    | 1 шт          | 62                      | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                           |
| Чай с лимоном                                  | 200/7         | 23                      | 0,3         | 0,1         | 5,2          | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 31            | 87                      | 2,5         | 0,6         | 17,7         | 1,8                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>504</b>              | <b>22</b>   | <b>27,7</b> | <b>41,3</b>  | <b>4,1</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп картофельный с горохом, зеленью            | 250           | 131                     | 5,5         | 5,3         | 15,3         | 1,5                                           |
| Плов из говядины                               | 200           | 300                     | 11,6        | 11,7        | 37,1         | 3,7                                           |
| Напиток из шиповника                           | 200           | 84                      | 0,7         | 0,3         | 19,6         | 2,0                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 35            | 98                      | 2,8         | 0,7         | 20           | 2                                             |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>666</b>              | <b>22,4</b> | <b>18,3</b> | <b>102,8</b> | <b>10,3</b>                                   |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| Слойка с фруктовой начинкой 1/100              | 1 шт          | 330                     | 4,5         | 11,5        | 52,5         | 5,2                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 0,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>44,70</b>  | <b>351</b>              | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b>  | <b>5,7</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.