

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 09.12.24



*М.В.Д., 20.12.24*

Согласовано *Кобяков*  
Директор школы № *СФ*

| Наименование блюда   | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)</b>             |               |                    |             |             |              |                                      |
| Бутерброд горячий с сыром                                  | 50            | 195,0              | 8,5         | 12,7        | 11,5         | 1,1                                  |
| Каша молочная пшенная с маслом                             | 250/10        | 283,0              | 8,0         | 15,2        | 35,4         | 3,5                                  |
| Я б л о к о  | 1 шт          | 49,0               | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                  |
| Какао с молоком  | 200           | 124,0              | 3,6         | 3,0         | 20,8         | 2,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                            | 20            | 48,0               | 1,4         | 0,5         | 10,0         | 1,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                   | <b>91,33</b>  | <b>699,0</b>       | <b>21,9</b> | <b>31,8</b> | <b>88,5</b>  | <b>8,8</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный / платный)</b>                |               |                    |             |             |              |                                      |
| Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, зеленью | 260           | 119,0              | 4,6         | 4,0         | 16,4         | 1,6                                  |
| Гуляш из говядины  | 100           | 121,0              | 8,2         | 8,6         | 2,8          | 0,3                                  |
| Рожки отварные   | 180           | 212,0              | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,3                                  |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный                  | 200           | 112,0              | 0,0         | 0,0         | 28,0         | 2,8                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                           | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                            | 20            | 48,0               | 1,4         | 0,5         | 10,0         | 1,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                   | <b>109,60</b> | <b>665,0</b>       | <b>22,5</b> | <b>19,1</b> | <b>101,5</b> | <b>10,1</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>             |               |                    |             |             |              |                                      |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                             | 200           | 156,0              | 5,6         | 5,0         | 22,0         | 2,2                                  |
| Ватрушка с творогом  | 75            | 328,0              | 18,5        | 13,5        | 33,1         | 3,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                   | <b>42,25</b>  | <b>484,0</b>       | <b>24,1</b> | <b>18,5</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.